वर्ष : ७
अंक : ४७

संत श्री आसारामजी आश्रम
द्वारा प्रकाशित

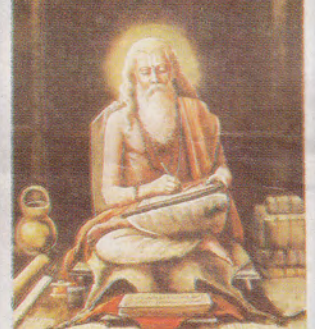
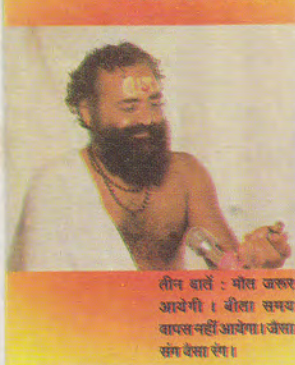
नवम्बर : १९९६

॥ ऋषि प्रसाद ॥

दीपावलि पर लक्ष्मी-प्राप्ति की साधना

जो हैं शोषित दीन-दुःखी,
और बेसहारे धरती के,
देकर स्नेह सहारा उनको,
घर घर में उजियारा कर दो ।

- पूज्यपाद संत श्री आसारामजी बापू

पूज्यश्री की अमृतवाणी की नयी ऑडियो कैसेटें

ऋषि प्रसाद

वर्ष : ७
अंक : ४७
९ नवम्बर १९९६

सम्पादक : क. रा. पटेल
प्रे. खो. मकवाणा

मूल्य : रू. ६-००

सदस्यता शुल्क

भारत, नेपाल व भूटान में
(१) वार्षिक : रू. ५०/-
(२) आजीवन : रू. ५००/-

विदेशों में
(१) वार्षिक : US $ 30
(२) आजीवन : US $ 300

कार्यालय
'ऋषि प्रसाद'
श्री योग वेदान्त सेवा समिति
संत श्री आसारामजी आश्रम
साबरमती, अहमदाबाद-३८० ००५
फोन : (०७९) ७४८६३१०, ७४८६७०२.

प्रकाशक और मुद्रक : क. रा. पटेल
श्री योग वेदान्त सेवा समिति,
संत श्री आसारामजी आश्रम, मोटेरा,
साबरमती, अहमदाबाद-३८० ००५ ने
विनय प्रिन्टिंग प्रेस, मीठाखली, अहमदाबाद, भार्गवी प्रिन्टर्स,
राणीप, अहमदाबाद में छपाकर प्रकाशित किया ।

प्रस्तुत है...

'ऋषि प्रसाद' के सदस्यों से निवेदन है कि कार्यालय के साथ पत्रव्यवहार करते समय अपना रसीद क्रमांक एवं स्थायी सदस्य क्रमांक अवश्य बतायें ।

आत्मज्योति जगाओ

पू. बापू का दीपावलि-संदेश

दीपावलि अर्थात् अमावस्या के गहन अंधकार में भी प्रकाश फैलाने का पर्व । यह महापर्व यही प्रेरणा देता है कि अज्ञानरूपी अंधकार में भटकने की जगह अपने जीवन में ज्ञान का प्रकाश ले आओ...

पर्वों के पुंज इस दीपावलि के पर्व पर घर में और बाहर तो दीपमालाओं का प्रकाश अवश्य करो, साथ-ही-साथ अपने हृदय में भी ज्ञान का आलोककर दो । अंधकारमय जीवन व्यतीत मत करो वरन् उजाले में जियो, प्रकाश में जियो । जो प्रकाशों का प्रकाश है उस दिव्य प्रकाश का, उस परमात्म-प्रकाश का चिंतन करो ।

सूर्य, चंद्र, अग्नि, दीपक आदि सब प्रकाश हैं । इन प्रकाशों को देखने के लिए नेत्रज्योति की जरूरत है और नेत्रज्योति ठीक से देखती है कि नहीं देखती, उसको देखने के लिए मन:ज्योति की जरूरत है । मन:ज्योति यानी मन ठीक है कि बेठीक, उसे देखने के लिए बुद्धि का प्रकाश चाहिए और बुद्धि के निर्णय सही हैं कि गलत, इसे देखने के लिए जरूरत है आत्मज्योति की ।

इस आत्मज्योति से अन्य सब ज्योतियों को देखा जा सकता है किन्तु ये सब ज्योतियाँ मिलकर भी आत्मज्योति को नहीं देख पातीं । धनभागी हैं वे लोग, जो इस आत्मज्योति को पाये हुए संतों के द्वार पहुँचकर अपनी आत्मज्योति जगाते हैं ।

ज्योति के इस शुभ पर्व पर हम सब शुभ संकल्प करें कि : संतों से, सद्गुरु से प्राप्त मार्गदर्शन के अनुसार जीवन जीकर हम भी भीतर के प्रकाश को जगायेंगे... अज्ञान-अंधकार को मिटाकर ज्ञानालोक फैलायेंगे । दु:ख आयेगा तो दु:ख के साथ नहीं जुड़ेंगे । सुख आयेगा तो सुख में नहीं बहेंगे । चिंता आयेगी तो उस चिंता में चकनाचूर नहीं होंगे । भय आयेगा तो भयभीत नहीं होंगे वरन् निर्दु:ख, निश्चिंत, निर्भय और परम आनंदस्वरूप उस आत्मज्योति से अपने जीवन को भी आनंद से सराबोर कर देंगे...

हरि ॐ... ॐ... ॐ...

❀ दीपावलि पर लक्ष्मी-प्राप्ति की साधना ❀

दीपावलि पर लोग लक्ष्मी-प्राप्ति के लिये विभिन्न प्रकार की साधनाएँ करते हैं । हम यहाँ अपने पाठकों को लक्ष्मी-प्राप्ति की साधना का एक अत्यन्त सरल व मात्र त्रिदिवसीय उपाय बता रहे हैं : दीपावलि के दिन से तीन दिन तक अर्थात् भाईदूज तक एक स्वच्छ कमरे में धूप, दीप व अगरबत्ती जलाकर शरीर पर पीले वस्त्र धारण करके, ललाट पर केसर का तिलक कर, स्फटिक मोतियों से बनी माला द्वारा नित्य प्रात:काल निम्न मंत्र की दो-दो माला जप करें :

ॐ नम: भाग्यलक्ष्मी च विद्महे । अष्टलक्ष्मी च धीमहि । तन्नो लक्ष्मी प्रचोदयात् ।

दीपावलि लक्ष्मीजी का जन्मदिवस है । समुद्रमंथन के दौरान वे इस दिन क्षीरसागर से प्रकट हुई थीं । अत: घर में लक्ष्मीजी के वास और दरिद्रता के विनाश एवं आजीविका के उचित निर्वाह हेतु यह साधना अवश्य करनी चाहिये । इससे लक्ष्मीजी प्रसन्न होती हैं ।

परमात्मप्राप्ति कैसे हो ?

- पूज्यपाद संत श्री आसारामजी बापू

सर्व भूत-प्राणी एक ही परमात्मा में बसे हुए हैं और एक ही परमात्मा सब भूत-प्राणियों में है । जैसे, सारे घट आकाश में हैं और सब घटों में आकाश है, वैसे ही सब जीवों में आत्मा है और हर एक जीव आत्मा-परमात्मा से ही अस्तित्व में है । दोनों में भिन्न कुछ भी नहीं, यह ज्ञान होना चाहिए ।

हममें जीवनशक्ति जीवनदाता की ओर से ही आती है । बुद्धिमानों की बुद्धि, यशस्वियों का यश, तेजस्वियों का तेज, सौन्दर्यवानों का सौन्दर्य, वक्ताओं की वाणी और श्रोताओं की सुनने की जिज्ञासा-ये सब एकमात्र अंतर्यामी परमात्मा से ही प्रकट होता है ।

तुलसीदासजी का श्रीराम-चरितमानस, वेदव्यासजी का श्रीमद्भागवत, शंकराचार्यजी का अद्वैतवाद और रामानुजाचार्य का विशिष्टाद्वैत का सिद्धांत भी उसी सच्चिदानंद परमात्मा से ही प्रकट हुआ है । योगियों का योग, तपस्वियों का तप और भोगियों का भोग भी ईश्वर से ही सिद्ध होता है ।

साहब तेरी साहबी घट घट रही समाय ।
जैसे मेंहदी बीच में लाली रही छुपाय ॥
लाली मेरे लाल की जित देखूँ उत लाल ।
लाली देखन मैं गई मैं भी हो गई लाल ॥

ऐसे चैतन्य परमात्मा की लाली देखने के लिए शरीर का अहंकार छोड़कर परमात्मा को ही समर्पित हो जाएँ । स्वामी रामतीर्थ कहते थे :

तुझको इतना मिटा कि,
तुझमें तू न रहे... द्वैत की बू न रहे ।

मीराबाई भजन गाते-गाते गिरिधर गोपाल में इतनी खो जाती थी कि उन्होंने अपने देहाध्यास को ही मिटा दिया और अन्ततः सशरीर प्रभु में लीन हो गयीं । शबरी ने अपने गुरु के वचनों में श्रद्धा की तो भगवान श्रीरामचंद्र शबरी भीलनी के आँगन में आये और उसके जूठे बेर भी बड़े प्रेम से खाये ।

> *मीराबाई भजन गाते-गाते गिरिधर गोपाल में इतनी खो जाती थी कि उन्होंने अपने देहाध्यास को ही मिटा दिया और अन्ततः सशरीर प्रभु में लीन हो गयीं ।*

कभी एकांत में बैठकर अपने श्वासोश्वास की गति को देखें और उस प्यारे को धन्यवाद देते जायें कि : ''तू ही इस शरीर में रहकर हृदय की धड़कनें चलाता है ।' कभी आसमान की ओर एकटक निहारें, चंद्रमा को एकटक निहारें और प्रभु को याद करें कि : 'मेरा प्यारा ही चंद्रमा में चमककर औषधियाँ पुष्ट कर रहा है । उस सर्वसत्ताधीश की सत्ता से ही सब हो रहा है । जड़ और चेतन सबमें वही समाया है...' ऐसा अनुभव करते जाएँ ।

> *ऐहिक सुख-सुविधाओं का अनुभव भिन्न-भिन्न समय, परिस्थिति और व्यक्ति के अनुसार भिन्न-भिन्न हो सकता है परंतु परमात्मप्राप्ति का अनुभव भिन्न-भिन्न नहीं होता ।*

ईश्वरः सर्वभूतानां हृद्देशेऽर्जुन तिष्ठति । ईश्वर तो सबके हृदय में एक समान है । हाँ, एक व्यक्ति के पास जो बल, बुद्धि या सौन्दर्य हैं वह शायद दूसरे व्यक्ति के पास नहीं भी हो सकता है परंतु जो परमात्मा महर्षि वशिष्ठ, संत ज्ञानेश्वर, मतंग ऋषि, बुद्ध, महावीर और मुहम्मद के हृदय में था, जो परमात्मा शबरी, मीरा, मदालसा और गार्गी के हृदय में था, वही-

का-वही परमात्मा हमारे हृदय में भी है । जो अनुभव राजा जनक, कबीरजी अथवा नानकजी को हुआ है, वही अनुभव हमें भी हो सकता है । ऐहिक सुख-सुविधाओं का अनुभव भिन्न-भिन्न समय, परिस्थिति और व्यक्ति के अनुसार भिन्न-भिन्न हो सकता है परंतु परमात्मप्राप्ति का अनुभव भिन्न-भिन्न नहीं होता ।

संसार की चीजें अपूर्ण हैं इसलिए अपूर्ण प्रकृति के व्यक्ति और उनका बल, बुद्धि सत्ता, सौन्दर्य एक समान नहीं होते । परंतु ईश्वर तो सबके हृदय में पूर्ण है और वह सबको मिल सकता है लेकिन उसके लिए आवश्यकता है साधना, पुरुषार्थ और सत्संग की ।

ईश्वरीय शक्ति प्राप्त करने के लिए हमारे शरीर में सात केन्द्र हैं । वे जितने अंश में विकसित होते हैं, उतना ही मनुष्य ऊँचा उठता है । कई लोग सोचते हैं कि 'जो भाग्य में होगा, वही होगा ।' मानो, हमारा भाग्य कोई आकाश-पाताल में से लिखकर भेजता हो । अगर किसी देव ने ही भाग्य बना दिया होता तो पुरुषार्थ का तो कोई प्रश्न ही नहीं रहता, सत्संग सुनने का या सद्ग्रंथ पढ़ने का कोई सवाल ही नहीं उठता । 'भाग्य में जो होगा, वह मिलेगा । भाग्य में होगा तो सुखी होंगे और भाग्य में मकान होगा तो मिलेगा । हमें कुछ करने की आवश्यकता नहीं है...' यदि ऐसा ही हो तो घर बैठे-बैठे मकान लेकर देखो ? नहीं, मकान लेने के लिए प्रयत्न की आवश्यकता है । अरे ! खाना खाने के लिए भी प्रयत्न करना पड़ता है । सब्जी बाजार से लानी पड़ती है । फिर पकानी पड़ती है तब जाकर भोजन प्राप्त होता है । ऐसा नहीं कि 'प्रारब्ध में आज भोजन होगा तो अपने-आप मिल जाएगा ।' यदि भोजन पाने के लिए भी पुरुषार्थ की जरूरत पड़ती है तो फिर अखिल ब्रह्माण्डनायक को पाने के लिए भी पुरुषार्थ परम आवश्यक है । इसलिए पुरुषार्थ करो और संतों का संग करो ।

ईश्वरीय शक्ति प्राप्त करने के लिए हमारे शरीर में सात केन्द्र हैं । वे जितने अंश में विकसित होते हैं, उतना ही मनुष्य ऊँचा उठता है ।

यह बात सच है कि पूर्व में की हुई प्रवृत्ति, विचार और कृति का फल हमारा आज का प्रारब्ध हो जाता है । किन्तु यह बात भी उतनी ही सच है कि पूर्व में किये हुए अशुभ कर्म को, अपने प्रारब्ध को आज के शुभ पुरुषार्थ के बल पर बदला जा सकता है । जैसे, कल का अजीर्ण आज के उपवास से मिटता है, कल का वैर आज की क्षमायाचना से मिटता है, कल का लिया हुआ कर्ज आज चुका देने से मिट जाता है, ठीक वैसे ही आज की हुई शुभ प्रवृत्ति से, आज के पुरुषार्थ से आनेवाले कल का प्रारब्ध बदला जा सकता है । इसीलिए तुलसीदासजी ने लिखा है कि :

करम प्रधान बिस्व करि राखा ।
जो जस करइ सो तस फलु चाखा ॥

रावण ने तप और अच्छे कर्म करके लंकाधीश का पद पाया लेकिन फिर दुष्कृत्य करके, माता सीता का हरण करके अपने सारे कुल का विनाश भी करवा दिया । उसके पूर्व के शुभ कर्म से उसे राज्य-वैभवरूपी शुभ फल मिला लेकिन अपने ही दुष्कर्म से पूर्व का पुण्य क्षीण होता गया और आखिर में उसे अपने दुष्कृत्य का दुष्फल भी भुगतना ही पड़ा । इसलिए मनुष्य को सदैव विवेकयुक्त पुरुषार्थ करना चाहिए और विवेकयुक्त पुरुषार्थ तभी हो सकता है जब हम शास्त्रीय वचनों के अनुसार चलें ।

पूर्व में किये हुए अशुभ कर्म को, अपने प्रारब्ध को आज के शुभ पुरुषार्थ के बल पर बदला जा सकता है ।

हमारे चित्त में हजारों जन्मों के संस्कार भरे हुए हैं । उन्हें बदलने की और मिटाने की योग्यता केवल मनुष्य जन्म में ही है । इस प्रकार मनुष्य जन्म अनंत जन्मों का आरंभ भी है और अंत भी । यदि शास्त्रानुसार जीवन नहीं जिया तो अशुभ कर्मों के कारण अनंत जन्मों तक मनुष्य भवबंधन में भटकता रहता है । अत:

सत्शास्त्रानुसार पुरुषार्थ करके एवं प्रबल उत्साह रखकर हमें सत्कर्मों में लग जाना चाहिए, जिससे विघ्न डालनेवाले पूर्वजन्म के अशुभ संस्कार हार जाएँ ।

कुछ लोग ऐसा कहते हैं कि 'जब सब प्राणियों को सत्ता देनेवाला परमात्मा ही है तो अशुभ कर्म भी तो उसीकी सत्ता से होते हैं ।' नहीं, हरगिज नहीं । यदि पाप और पुण्य करने की प्रेरणा ईश्वर ही देते तो पाप और पुण्य का फल भी ईश्वर को ही मिलना चाहिए, हमें नहीं । परंतु ऐसा नहीं है । जैसे हमारे कर्म होते हैं उसी प्रकार के फल हमें भुगतने पड़ते हैं । गीता में भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं कि :

नादत्ते कस्यचित्पापं न चैव सुकृतं विभुः ।
अज्ञानेनावृतं ज्ञानं तेन मुह्यन्ति जन्तवः ॥

सर्वव्यापी परमेश्वर भी न किसीके पापकर्म को और न किसीके शुभ कर्म को ही ग्रहण करता है किन्तु अज्ञान के द्वारा ज्ञान ढका हुआ है, उसीसे सब अज्ञानी मनुष्य मोहित हो रहे हैं । (गीता : ५.१५)

भगवान कहते हैं कि मैं किसीको पुण्य या पाप की ओर नहीं ले जाता । अज्ञान से आवृत्त ज्ञान से मोहित होकर जीव जैसे-तैसे कर्म करके भवजाल में भटकता रहता है । वासनाओं का जैसा वेग होता है, कर्त्ताभाव से वैसे ही कर्म होते हैं और वैसा ही फल मिलता है ।

ईश्वर पापकर्म का फल दुःख देकर, संसार से वैराग्य कराकर हमें शुद्ध करना चाहता है और पुण्यकर्म का फल सुख देकर सत्कृत्यों की ओर उत्साहित करना चाहता है । दोनों में ईश्वरीय कृपा सदैव हमारे साथ ही है ।

मनुष्य जन्म देकर ईश्वर ने हमें कर्म करने की स्वतंत्रता दी है । अन्य चौरासी लाख योनियों में केवल कर्मफल भुगतने होते हैं जबकि मनुष्य जन्म में कर्म भुगतने के अलावा नये कर्मों का सर्जन भी होता है । अतः ऐसे कर्म करें कि जिससे दुबारा जन्म न लेना पड़े ।

निष्काम कर्म करने से अंतःकरण की शुद्धि होती है, अंतःकरण की शुद्धि से परमात्मप्राप्ति में सुगमता होती है, साथ ही, 'आत्मा क्या है ? परमात्मा क्या है ? आत्म-साक्षात्कार कैसे हो ? मुक्ति कैसे पाएँ ?' ऐसे प्रश्न अंतःकरण में उठते हैं । जिज्ञासा होने से मनुष्य संतों के द्वार तक पहुँच सकता है और संतों के सत्संग से परमात्मज्ञान प्राप्त करके मुक्त भी हो सकता है ।

जहाँ चाह वहाँ राह ।

जीवन में कुछ चाहने योग्य, जानने योग्य हो तो वह है ब्रह्म-परमात्मा । जीव यदि ब्रह्म-परमात्मा को जान ले तो वह खुद ब्रह्ममय हो जाए और उसका बार-बार माता के गर्भ में उल्टा लटकना सदा के लिए मिट जाए ।

जन्मदुःखं जरादुःखं जायदुःखं पुनः पुनः ।
अंतकाले महादुःखं तस्मात् जाग्रहि जाग्रहि ॥

बाल्यावस्था में जीव को पराधीनता होती है । कोई खिलाये तब खाये, पिलाये तब पिये, कभी पेट में दर्द होता है तो बोल भी नहीं पाता ऐसा पराधीन जीवन होता है । जवानी में काम, क्रोध, लोभ जैसे दोष सताते हैं और बुढ़ापे में शरीर जर्जर हो जाता है, अशक्त हो जाता है, कान बहरे हो जाते हैं, आँखों की रोशनी कम हो जाती है । फिर भी जीव अपनी इच्छा, आकांक्षा, वासनाओं का त्याग नहीं करता और बार-बार कभी दो पैरवाली तो कभी चार पैरवाली माता के गर्भ में

रावण ने तप और अच्छे कर्म करके लंकाधीश का पद पाया लेकिन फिर दुष्कृत्य करके अपने सारे कुल का विनाश भी करवा दिया ।

हमारे चित्त में हजारों जन्मों के संस्कार भरे हुए हैं । उन्हें बदलने की और मिटाने की योग्यता केवल मनुष्य जन्म में ही है । मनुष्य जन्म अनंत जन्मों का आरंभ भी है और अंत भी ।

मनुष्य जन्म देकर ईश्वर ने हमें कर्म करने की स्वतंत्रता दी है ।

उल्टा लटककर असह्य दर्द सहता है । दुर्लभ मनुष्य जन्म मिलने पर भी जीव अज्ञानवश अपने को सुखी करने में ही जीवन गँवा देता है । आखिर में वृद्धावस्था आती है तब जीव सोचता है कि मृत्यु आये तब शांति, परंतु मरने में भी सच्ची शांति नहीं है । सच्ची शांति तो उस परमात्मपद में है जहाँ संतजन विश्रांति पाते हैं ।

एक बार संतों के चरणों में देहाध्यास छोड़कर ऐसे मरो कि फिर कभी मरना न पड़े ।

मरो मरो सब कोई कहे, मरना न जाने कोई ।
एक बार ऐसा मरो कि फिर मरना न होई ॥

एक बार संतों के चरणों में देहाध्यास छोड़कर ऐसे मरो कि फिर कभी मरना न पड़े । इस शरीर को 'मैं' मानकर, 'मैंने यह किया' इस भावना का जितना त्याग करते जाओगे उतने ही उन्नत होते जाओगे, दुःखों से मुक्त होते जाओगे । इसलिए यत्न करके, इस दुष्ट अहंकार का नाश करो । परमात्मा की सत्ता का अनुभव करते जाओ । फिर जैसे सूर्योदय होने से अंधकार नष्ट हो जाता है वैसे ही दृढ़ पुरुषार्थ से जिसके हृदय का अहंकार नष्ट हो गया है वह संसारसमुद्र से पार हो जाता है । इसलिए आज ही, इसी क्षण दृढ़ निश्चय करो :

न मैं हूँ न ही है और कुछ ।
मुझसे जो है वह सब तू ही है ।
सब कुछ ही है तुझसे ॥

'मैं' 'मेरेपने' का अहंकार निर्मूल होने से फिर केवल 'वह' ही बचेगा और वही है परमात्म-साक्षात्कार ।

पू. बापू के सत्संग कार्यक्रम

(१) वीरगंज-नेपाल में गीता भागवत सत्संग समारोह ता. २३ से २७ अक्तूबर ९६. सुबह ९-३० से १२. शाम ३-३० से ६. फूटबॉल ग्राउन्ड, आदर्शनगर । फोन २२४३५, २२३२१, २२५२९, २१२४८. **(२) विसनगर (गुज.) में :** ता. २ नवम्बर ९६. सुबह ९ से १२. शाम ३ से ५. जी. डी. हाईस्कूल मैदान, रेलवे स्टेशन के पास । फोन : २०६६९, ३०६२१, ३००२८. **(३) कलोल (गुज.) में गीता भागवत सत्संग समारोह :** ता. ३ से ६ नवम्बर ९६. सुबह ९-३० से १२. शाम ३-३० से ६. वखारिया पी. जे. हाईस्कूल कम्पाउन्ड, नेशनल हाइवे के पास । फोन : २७४३, ३३५५. **(४) फजिल्का में भक्ति ज्ञान सत्संग सरिता :** ता. १४ से १७ नवम्बर '९६. सुबह ९-३० से १२. शाम ३ से ५-३०. विद्यार्थियों के लिए विशेष सत्संग प्रवचन १६ नवम्बर सुबह ९-३० से १२. स्थल : गवर्नमेन्ट सिनियर हायर सेकेण्डरी स्कूल (Boys), फजिल्का । फोन ६२०५६, ६१५८९. **(५) अमृतसर में ज्ञान भक्ति योग सत्संग समारोह** ता. १९ से २५ नवम्बर '९६. सुबह ९-३० से १२. शाम ३ से ५-३०. कंपनी बाग । **(६) करनाल में** ता. २८ नवम्बर से २ दिसम्बर '९६. सुबह ९-३० से १२. शाम ३ से ५-३०. स्थान सेक्टर १२, हुडा मैदान । फोन : २५११३७, २५०१०५, २५०४६०, २३१८४, २५२०९५ **(७) हिसार में ज्ञान भक्ति योगवाणी :** ता. ४ से ८ दिसम्बर '९६. सुबह ९-३० से १२. शाम ३ से ५-३०. विद्यार्थियों के लिए विशेष सत्संग-प्रवचन ७ दिसम्बर सुबह ९-३० से १२. स्थल : पुलिस लाइन फोन ३४९४६, ३४४९१. **(८) जोधपुर में भक्ति योग वेदान्त वर्षा :** ता. ११ से १५ दिसम्बर '९६.सुबह ९-३० से १२. शाम ३ से ५-३०. गांधी मैदान, सरदारपुरा फोन : (०२९१) ४२५००, ४०९५१, ४२५६८, ४८००० **(९) बड़ौदा में :** ता. १८ से २२. दिसम्बर '९६. सुबह ९-३० से ११-३०. शाम ३ से ५. पोलो ग्राउन्ड, कीर्तिस्तंभ के पास । फोन : (०२६५) ३२३०७८७, ४८२३३३.

जीवन्मुक्त एवं विदेहमुक्त

- पूज्यपाद संत श्री आसारामजी बापू

'जीवन्मुक्त एवं विदेहमुक्त किसे कहते हैं ?' यह प्रश्न भगवान श्रीराम ने महर्षि वशिष्ठजी से पूछा था ।

जीवन्मुक्त वे महापुरुष होते हैं जो जीते-जी अपने मुक्त आत्मस्वरूप का अनुभव करते हैं । दुःख अथवा सुख के समय, अनुकूलता अथवा प्रतिकूलता के समय, उन महापुरुषों को यही अनुभव होता है कि सब सपना है, सब बीतनेवाला है । वे सुख-दुःख के साथ जुड़ते नहीं हैं । अनुकूलता में आसक्ति नहीं करते और प्रतिकूलता में उद्वेग नहीं करते । ये अनुकूलता और प्रतिकूलता, सुख एवं दुःख उन्हें बाँधता नहीं है इसीलिए वे मुक्त हैं ।

साधारण व्यक्ति जगत को सच्चा मानकर, सुख में सुखी एवं दुःख में दुःखी हो जाता है । ज्ञानी भी बाहर से तो सुखी-दुःखी दिखेंगे लेकिन अंदर से आकाश की नाईं निर्लेप, शान्तात्मा होते हैं ।

साधारण व्यक्ति जगत को सच्चा मानकर, सुख में सुखी एवं दुःख में दुःखी हो जाता है । ज्ञानी भी बाहर से तो सुखी-दुःखी दिखेंगे लेकिन अंदर से आकाश की नाईं निर्लेप, शान्तात्मा होते हैं । जैसे, जो फिल्म के रहस्य को जानता है वह फिल्म देखकर समझता है कि यह केवल परदा है । वह फिल्म की मिठाई लेने नहीं जाता और आग देखकर भागता भी नहीं है । ऐसे ही जीवन्मुक्त महापुरुष कभी संसार के सब व्यवहारों को करते हैं और कभी एकान्त में अपने निज स्वरूप में ध्यानस्थ हो जाते हैं फिर भी मुक्त ही हैं । हवा चलती है तब भी हवा है और नहीं चलती है तब भी हवा है । व्यक्ति चलता है तब भी व्यक्ति है और नहीं चलता है या बैठा हुआ है तब भी व्यक्ति है ऐसे ही जीवन्मुक्त देखता है कि चित्त का जो फुरना है, उससे ही जगत दिखता है और गहरी नींद में जब चित्त का फुरना शांत हो जाता है तब जगत का नित्य प्रलय हो जाता है । रात्रि की नींद में देखो तो 'मैं-मेरे' का... 'अपने-पराये' का... सभी का प्रलय हो जाता है । यह नित्य प्रलय है ।

नित्य, नैमित्तिक, आत्यंतिक, महाप्रलय- ये प्रलय के विभिन्न भेद हैं । महाप्रलय में पृथ्वी आदि सब छू हो जाते हैं । ब्रह्मा, विष्णु, महेश भी नहीं रहते, किन्तु चैतन्यवपु आकाश की नाईं ज्यों-का-त्यों रहता है । जैसे, रात्रि में स्वप्न दिखा तब भी चैतन्य ज्यों-का-त्यों रहता है । स्वप्न में अच्छी बातों को देखकर सुख एवं बुरी बातों को देखकर दुःख होता है लेकिन अच्छी-बुरी बातों को देख-देखकर भी अंत में तो स्वप्न खत्म हो जाता है । स्वप्न जिस हृदयाकाश में दिखता है वह हृदयाकाश सत्य है बाकी दिखनेवाला स्वप्न मिथ्या है, बदलनेवाला है । ऐसे ही व्यापक चिदाकाश में जगत दिखता है, मनुष्य आदि दिखते हैं । जब तक सदा रहनेवाले परमात्मा का ज्ञान नहीं होता, सदा रहनेवाले परमात्मा में स्थिति नहीं होती तब तक मरने से भी पिण्ड नहीं छूटता । मरने के बाद भी यात्रा होती रहती है, सुख-दुःख, अपना-पराया आदि होता

स्वप्न जिस हृदयाकाश में दिखता है वह हृदयाकाश सत्य है बाकी दिखनेवाला स्वप्न मिथ्या है, बदलनेवाला है । ऐसे ही व्यापक चिदाकाश में जगत दिखता है... मनुष्य, पशु-पक्षी आदि दिखते हैं ।

रहता है । वे लोग जीवन्मुक्त हैं, बड़भागी हैं, जिन्होंने मरने के बाद नहीं, अपितु जीते-जी ही अपने परमेश्वरीय स्वभाव में स्थिति कर ली है, अपने आत्मस्वभाव में, परमात्मस्वभाव में स्थिति कर ली है ।

शरीर अन्नमय कोष है। शरीर के अंतरंग है प्राणमय कोष । पाँच कर्मेन्द्रियाँ और प्राण। इसे प्राणमय कोष कहते हैं । प्राणमय कोष के अंतरंग है मनोमय कोष । पाँच कर्मेन्द्रियाँ और मन। इसे मनोमय कोष कहते हैं । मनोमय कोष के अंतरंग है विज्ञानमय कोष । पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ और बुद्धि । इसे विज्ञानमय कोष कहते हैं । बुद्धि आनंदस्वरूप में विश्रान्ति पाती है वह आनंदमय कोष है । हम देखते हैं कि शरीर भी बदलता है, मन भी बदलता है, बुद्धि के निर्णय भी बदलते हैं, फिर भी इन सबको देखनेवाला शुद्ध चैतन्य परमात्मा नहीं बदलता ।

शरीर भी बदलता है, मन भी बदलता है, बुद्धि के निर्णय भी बदलते हैं, फिर भी इन सबको देखनेवाला शुद्ध चैतन्य परमात्मा नहीं बदलता ।

श्रीमद्भागवत के ११ वें स्कंध में भगवान श्रीकृष्ण उद्धव से कहते हैं : ''उद्धव ! मैं प्राणीमात्र का परम सुहृद हूँ। मैं सबके साथ हूँ... सबके पास हूँ। कभी-कभी आकृति धारण करके लीला करता हूँ लेकिन वास्तव में तो मैं अव्यक्त आत्मा, सदा सर्वदा सबमें हूँ ।''

भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं कि जैसे आकाश सर्वत्र है ऐसे ही मैं चैतन्य चिदाकाश सर्वत्र हूँ। उस चैतन्य को जो जान लेता है वह मेरा स्वरूप हो जाता है ।

द्वा सुपर्णा सयुजा सखाया: ।

'एक ही डाल पर दो पक्षी बैठे हैं। एक पक्षी खट्टे-मीठे फल खाता है और दूसरा उसे देख रहा है और वे दोनों सखा हैं ।'

व्यापक चैतन्य आत्मा है । उसने जीने की इच्छा की तो जीव हो गया। जीव शुभाशुभ कर्म करता है एवं उसके खट्टे-मीठे फल भोगता है लेकिन जो चैतन्य है, साक्षी है वह केवल देखता है । देखनेवाला ईश्वर है और करने-भोगनेवाला जीव है । जीव और ईश्वर में भेद यही है । जो चैतन्य जीने की इच्छा करता है, वह जीव है। उसे माया के रहस्य का ज्ञान नहीं है, अपनी आत्मा का ज्ञान नहीं है और जिसे अपने आत्मस्वभाव का ज्ञान हो गया है वह है ईश्वर, वह है ब्रह्म । वास्तव में तो जीव और ईश्वर एक ही हैं। जैसे, घड़े में आया हुआ आकाश और काँच के महल में आया हुआ आकाश, आकाशतत्त्व से दोनों एक हैं लेकिन घड़े का आकाश बाहर के आकाश को नहीं जानता है, बंधन में पड़ा है और काँच के महल का आकाश अंदर-बाहर दोनों जगह देखता है । ऐसे ही ईश्वर को भूत-भविष्य सब दिखता है, जबकि जीव अपने को केवल अपने ही शरीर में महसूस करता है । जीव सर्दी-गर्मी, भूख-प्यास, मच्छर का काटना आदि शरीर में अनुभव करता है । दोनों चेतन हैं लेकिन जीव चेतन, शरीर तक का ज्ञान रखता है और ईश्वर चेतन है व्यापक माया का ज्ञान । चेतना में दोनों एक हैं । लेकिन गलती यह होती है कि जीव अपने वास्तविक स्वरूप को भूल बैठा है । इसीलिए जप, तप, सुमिरण एवं ज्ञान का नित्य अनुसंधान करना चाहिए। भगवान श्रीकृष्ण उद्धव से कहते हैं कि ऐसी कोई जगह नहीं, जहाँ मैं चैतन्य नहीं हूँ। जैसे आकाश सर्वत्र है ऐसे ही मैं चैतन्य चिदाकाश सर्वत्र हूँ। उस चैतन्य को जो जान लेता है वह मेरा स्वरूप हो जाता है। 'वह' और 'मैं' एक हो जाते हैं। जो नहीं जानता है वह जन्म-मरण के चक्र में भटकता रहता है ।

ऐसे महापुरुष शरीर में हैं तब तक जीवन्मुक्त और जब उनका शरीर शान्त हो जाता है तब वे व्यापक ब्रह्म में लीन हो जाते हैं, विदेहमुक्त हो जाते हैं ।

(शेष पृष्ठ १२ पर)

शास्त्र-महिमा

- पूज्यपाद संत श्री आसारामजी बापू

'गुरु ग्रंथ साहिब' में आता है कि :

साधु ते होवहि न कारज हानि ।

साधु से कार्य की हानि नहीं होती । साधु किसको कहते हैं ?

सत्पुरुख पिछानिया सत्गुरु ता का नाम ।
तिसके संग सिख उदरिये नानक गुण गान ॥

जिन्होंने उस सत्यस्वरूप को जाना है, सत्यस्वरूप में जिनकी मति विश्रान्ति पाती है वे जो बोलते हैं वह मत नहीं माना जाता, वरन् शास्त्र माना जाता है ।

नानक बोले सहज सुभाऊ ।

अपने अनुभव की बात संत तुकारामजी ने भी कही है। महाराष्ट्र के सुप्रसिद्ध संत तुकाराम ! निंदक भले उन्हें गधे पर बिठाकर उनकी बदनामी करें लेकिन समझदारों ने उन्हें नवाजा है। छत्रपति शिवाजी ने उनकी पूजा की है। सज्जनों ने, साधकों ने गुरुओं की पूजा की, उनका ज्ञान पाया और निंदकों ने उनके लिए न जाने कौन-कौन-सी मुसीबतें खड़ी कीं । गुरु तेगबहादुर को धधकती धूप में, तपे हुए तवे पर बैठाया गया । क्या वे इतने अपराधी थे ? नहीं । अपराधी लोगों को महापुरुष अपराधी दिखते हैं ।

अपराधी का अपराध निवृत्त करने के लिए क्रूरतापूर्ण दण्ड देने से उसका अपराध निवृत्त नहीं होता लेकिन अपराधी की स्थिति समझकर उसके निरपराध नारायण स्वभाव को जगाने से वह निरपराधी होता है । सद्ग्रंथ व्यक्ति को निरपराध तत्त्व में जगाते हैं । यदि दण्ड देने से, बेंत मारने से जगत के अपराध समाप्त हो जाते तो अभी पुलिस की जरूरत नहीं पड़ती, कारावासों की जरूरत नहीं पड़ती । जहाँ निरपराध तत्त्व है उस तत्त्व का प्रसाद, उस तत्त्व की रुचि, उस तत्त्व का ज्ञान और उस तत्त्व का आनंद दिलाया जाये तो अपराधी से अपराधी व्यक्ति निरपराध हो जायेगा ।

जहाँ कोयला है वहाँ हीरा भी तो प्रगट हो सकता है । जहाँ अपराध है वहाँ निरपराध नारायण भी तो छुपा है । इसलिए कृपा करके अपने बच्चे-बच्चियों के अपराध को बार-बार दुहराकर उन्हें गहरे अपराधी कभी न बनाइएगा । वरन् उनके अंदर जो भी निरपराध चेष्टा है उसकी प्रशंसा कीजिएगा ताकि उनको अपराधी प्रवृत्ति करने का अवसर ही न मिले । अपराधी के प्रति इस ढंग से पेश न आयें कि 'तूने यह किया... तूने यह गलती की... तू अपराधी है...' उसे कहो कि : 'ऐसी जो गलती करते हैं उनके बुरे हाल होते हैं । तू ऐसी गलती करने के योग्य नहीं है । तूने जान-बूझकर यह गलत काम नहीं किया, तुझसे हो गया । तू मेरा बेटा है ।' इस प्रकार के सहानुभूतिपूर्ण वाक्यों से उसे सुधारने का प्रयास करें ।

जहाँ कोयला है वहाँ हीरा भी तो प्रगट हो सकता है । जहाँ अपराध है वहाँ निरपराध नारायण भी तो छुपा है । इसलिए कृपा करके अपने बच्चे-बच्चियों के अपराध को बार-बार दुहराकर उन्हें गहरे अपराधी कभी न बनाइएगा ।

ऐसी सब व्यवस्था हमारे सद्ग्रथों में है और वे सद्ग्रंथ किसी मत-पंथ की नहीं, अपितु प्राणीमात्र के हित की बात करते हैं ।

बालक जब पैदा होता था, दाई बच्चे को बाप की गोद में रख देती थी । तब बाप नवजात शिशु के कान में बोलता था : **अश्मा भव । परशु भव ।**

आश्चर्य होगा यह जानकर कि अपने नवजात कोमल शिशु को पिता कहता : 'तू पत्थर बन । तू चट्टान

बन । तू कुल्हाड़ा बन... ।'

वेद भी कहते हैं कि पिता को ऐसा बोलना चाहिए : 'अब तू कोमल शिशु संसार में आ रहा है तो संसार के कई सुख-दुःख के थपेड़े लगेंगे, कई आरोप लगेंगे । जैसे, दरिया के किनारे छोटी-मोटी बालू होती है, तिनखे होते हैं तो बह जाते हैं, लुढ़क जाते हैं जबकि चट्टान होती है तो थपेड़ों से टकराती रहती है और अपने अस्तित्व को बरकरार रखती है । इसी प्रकार हे पुत्र ! तू मजबूत बनना । **अश्मा भव ।** तू दृढ़ बनना । इस संसार में कई थपेड़े लगेंगे, मेरे लाल ! **परशु भव ।** तू कुल्हाड़ा बनना । विघ्न-बाधाओं, मुसीबतों-आकर्षणों को, पाप और ताप को काटनेवाला हे वीर ! तू कुल्हाड़ा बनना । तू डरना मत । कायर मत बनना । दीन-दुःखियों का सहायक बनना । वह बल किस काम का जो दीन-दुःखियों के, सज्जन-सदाचारियों एवं संत-महापुरुषों की सेवा में न लगे ?'

आप जब सही करने लगते हैं, शास्त्रानुकूल करने लगते हैं तो भीतर से धन्यवाद छलकता है । इसको बोलते हैं अंतर्यामी अवतार ।

अंत में पिता बोलता है : **हिरणमस्तुम् भवः ।** तू स्वर्ण की नाईं चमकना, मेरे लाल ! तू एक कोने में जंगली फूल की तरह खिलकर मुरझाना मत, वरन् तू गुलाब होकर महक तुझे जमाना जाने ।'

मेरे गुरुदेव ने एक बार गुलाब का फूल मुझे दिखाया और बोले :

''देख, यह क्या है ?''

मैं : ''गुरुदेव ! यह गुलाब का फूल है ।''

गुरुदेव : ''इसको किराने की दुकान पर ले जा और चावल पर, मूँग पर, धनिया, काजू, किसमिस, बदाम, अखरोट आदि पर रख, सैकड़ों-सैकड़ों चीजों पर रख, फिर सूँघ तो सुगन्ध किसकी आयेगी ?''

मैं : ''सुगन्ध तो गुलाब की ही आयेगी ।''

गुरुदेव : ''बस, एक बात मान ले । **तू गुलाब होकर महक तुझे जमाना जाने ।''**

आप भी अपने पुत्रों को इसी प्रकार महकाने का प्रयास करें । कैसा दिव्य ज्ञान है हमारे महापुरुषों का ! कितनी महानता और उदारता है उनमें !

सन् १६६१ में गुरु अर्जुनदेव ने गुरुग्रंथ साहिब संपन्न करवाया । उन्होंने यह ग्रंथ तो संपन्न करवाया लेकिन इतना बढ़िया ग्रंथ बनने से सब लोग खुश हो जायें यह संभव नहीं है ।

जो गुरुद्रोही थे, निंदक थे उन्हें बढ़िया मौका मिल गया कुप्रचार करने का । भाई बुढा के द्वारा उस 'ग्रंथ साहिब' की सेवा-सुश्रूषा का काम होता था । 'ग्रंथ साहिब' के वचन सुनकर समझदार तो संतुष्ट होते थे लेकिन जो गुरु के निंदक थे, संत के निंदक थे, धर्म के विरोधी थे, गुरुओं की करुणा-कृपा को दुकानदारी समझकर बदनामी करने में जो अपने को चतुर मानते थे ऐसे लोगों ने देखा कि यह अच्छा अवसर है । अतः उन्होंने अकबर को जाकर शिकायत की कि अर्जुनदेव ने एक ऐसा ग्रंथ बनाया है जिसमें मुसलमानों की निंदा है । वे अपने पंथ की स्थापना करना चाहते हैं ।

'गुरु ग्रंथ साहिब' कोई मत नहीं है । वह तो वेदों का अमृत है । मत मति से निकलते हैं । यदि अर्जुनदेव अपनी मति से मुसलमानों के खिलाफ कुछ लिख डालते तो हम मानते कि वह मत है । किन्तु उन्होंने मति के अनुसार नहीं लिखा वरन् वेद और उपनिषदों का, पुराणों का प्रसाद उसमें लिखा है ।

निंदकों के द्वारा कान भरे जाने पर अकबर ने फरमान जारी किया : ''अर्जुनदेव ने जो ग्रंथ बनवाया है उसे शाही दरबार में पेश किया जाये और हमारे सामने पढ़ा जाये ।''

अर्जुनदेव के आदमी ग्रंथ लेकर दरबार में पहुँचे । अकबर बोला :

''पढ़ो मेरे सामने यह ग्रंथ । देखूँ तो सही इसमें क्या लिखा है ।''

'गुरु ग्रंथ साहिब' खोला गया । अकबर बोला : ''बीच का पन्ना पढ़ो ।''

पन्ना क्या था ? वहाँ तो हीरा-मोती चमक रहे थे ! पन्ने में लिखा था :

कोई बोले राम राम कोई खुदाई ।
कोई बोले सूफिया कोई अल्लाही ॥
कारण करण करीम किरणधारी रहीम ।
कोई नहावे तीरथ कोई हज जाई ॥
कोई करे पूजा कोई सिर नवाई ।
कोई पढ़े वेद तो कोई किताई ॥
कोई कहे तुर्की कोई कहे हिन्दू ।
कोई बांचे बिस्तु कोई सिरजिन्दु ॥
कह नानक जिन हुकुम पिछानिया ।
प्रभु साहिब का तिन भेद जानिया ॥

जिसने उस रब का, उस अकाल पुरुष का, उस चैतन्य का हुकुम पहचाना, उसीने उस परमेश्वर का भेद जाना । बाहर से ये सारे मत-मतान्तर दिखते हैं तो कोई उसे कृष्ण कहता है तो कोई उसे करीम, कोई उसे राम कहता है तो कोई रहीम । कोई उसे तीर्थों में खोजता है तो कोई मंदिरों में और कोई उसे मस्जिदों में नवाजता है लेकिन जो उसके हुकुम को, उसकी सत्प्रेरणा को मानता है वही उस परब्रह्म परमात्मा को जानता है । यही 'ग्रंथ साहिब' की वाणी है ।

आप जब सही करने लगते हैं, शास्त्रानुकूल करने लगते हैं तो भीतर से धन्यवाद छलकता है । इसको बोलते हैं अंतर्यामी अवतार । आपके हृदय में वह अकाल पुरुष अंतर्यामी रूप में अवतरित होता रहता है । हम अगर सात-सात गुफाओं में छुपकर भी बुरा कार्य करें, जहाँ हमें कोई भी न देख सके, वहाँ भी कोई देखनेवाला होता है जो हमें कोसता है ।

बल का हर्ता और बल का भर्ता वही परब्रह्म परमात्मा है । हम नि:स्वार्थ कर्म करते हैं तो भीतर से हमारा बल बढ़ जाता है और हम उस रब के हुकुम की अवहेलना करके दूषित कर्म करते हैं तो हमारा बल कुंठित हो जाता है । यह सब भक्तों का अनुभव होगा ।

कह नानक जिन हुकुम पिछानिया ।
प्रभु साहिब का तिन भेद जानिया ॥

अकबर ने कहा : ''अच्छा, अब दूसरी जगह से पढ़ो ।''

ऐसा करते-करते उसने अलग-अलग जगहों से पढ़वाया किन्तु कहीं भी कोई मत, मजहब और पंथ की बात नहीं थी । वहाँ तो थी जीवात्मा को परमात्मा का रंग लगाने की बात । अकबर भी दंग रह गया भारत के सद्ग्रंथ को सुनकर !

❀

एको ॐकार सतिनामु...

रसोऽहमप्सु कौन्तेय प्रभास्मि शशिसूर्ययो: ।
प्रणव: सर्ववेदेषु शब्द: खे पौरुषं नृषु ॥

'हे अर्जुन ! जल में रस मैं हूँ । चन्द्रमा तथा सूर्य में प्रकाश मैं हूँ । संपूर्ण वेदों में ॐकार मैं हूँ । आकाश में शब्द और पुरुषों में पुरुषत्व भी मैं हूँ ।'

(श्रीमद्भगवद्गीता : ७.८)

भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं : **प्रणव: सर्ववेदेषु ।** वेदों में प्रणव मंत्र मैं हूँ । प्रणव अर्थात् ॐकार । ऋषियों ने खूब परिश्रम करके उसकी खोज की थी । दुनिया की सारी विद्याएँ जिन शब्दों से उच्चारित होती हैं उसका मूल है ॐकार । शास्त्रों में इसका व्यापक रूप से वर्णन किया गया है ।

किसी भी जाति का, किसी भी देश, मत या संप्रदाय का बालक हो, जब वह पैदा होता है तब पहली ध्वनि 'ॐ...आ...ॐ...आ...' कहाँ से आती है ? उसकी ध्वनि इसी ॐकार से मिलती है । यह अकार , उकार और मकार से युक्त 'ॐ' समस्त शब्दों की बुनियाद है ।

इसीलिए हमारे धार्मिक, आध्यात्मिक मंत्रों में पहले ॐकार आता है । यदि गायत्री मंत्र है तो **ॐ भूर्भुव: ।** शैवमंत्र में **ॐ नम: शिवाय ।** वैष्णव मंत्र में **ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।** गाणपत्य मंत्र में **ॐ गणानांपति गुंगवा:** आदि ।

केवल हिन्दू धर्म के मंत्रों में ही 'ॐ' पहले आता है ऐसी बात नहीं है । इस्लाम धर्म में भी **अल्ला हो ऽऽऽऽ...** करते हैं जिसमें ॐकार का ही समावेश है ।

सिख धर्म में भी **'एको ॐकार सतिनामु...'** कहकर उसका लाभ उठाया गया है । सिख धर्म का पहला ग्रंथ है 'जपुजी' और जपुजी का पहला वचन है : **एको ॐकार सतिनामु...**

कहानी कहती है कि नानकजी नदी में गये और तीन दिन तक डूबे रहे, खो गये। फिर बाहर आये। वे बाहर की सरिता में नहीं, वरन् अन्तर्मुखी वृत्तियों की सरिता में खो गये थे। नानकजी ध्यानमग्न हो गये थे। वे तीन दिन तक अन्तरात्मा के ध्यान में डूबे रहे थे और तीन दिन बाद जब जगे, तब उनका पहला वचन था : **एको ॐकार...** परमात्मा एक है।

जपुजी में आता है कि :

एको ॐकार सतिनामु करता पुरखु निरभउ निरवैरु।
अकाल मूरति अजूनि सैभं गुर प्रसादि॥
आदि सचु जुगादि सचु।
है भी सचु नानक होसी भी सचु॥

एको ॐकार : परमात्मा एक है।

सतिनामु : वही सत् है।

करता पुरखु : वही प्रकृति को सत्ता देता है।

निरभउ : वह निर्भय है।

निरवैरु : उसका कोई प्रतिस्पर्धी नहीं है।

अकाल मूरति : वहाँ काल की गति नहीं है। काल संसार की सब वस्तुओं को खा जाता है, निगल जाता है, आकृतियों को नष्ट कर देता है लेकिन वह परमात्मा आकृति से परे है, निराकार सत्ता है।

अजूनि : वह योनि में नहीं आता अर्थात् अजन्मा है।

सैभं : अर्थात् वह स्वयंभू है।

उसकी मुलाकात कैसे हो ? इसका उत्तर है :

गुर प्रसादि : उस परमात्मतत्त्व का जिन्होंने अनुभव किया हो ऐसे गुरुओं की जब कृपा बरसती है तब ही प्रसादरूप में वह ज्ञान मिलता है। आत्मतत्त्व की अनुभूति के रूप में वह ज्ञान मिलता है।

उस **'गुर प्रसादि'** को पाने की योग्यता कैसे आये ? जपुजी में आता है : **आदि सचु जुगादि सचु।** जो आदि में सच था, जो युगों से सच था... युग बदल गये, समय बदल गया, परिस्थितियाँ बदल गईं, आदमी बदल गये, आदमी के मन-बुद्धि बदल गये फिर भी जो नहीं बदला, उसका जप-स्मरण करना चाहिए।

जो युगों से सत् था, अभी-भी सत् है और बाद में भी सत् रहेगा, उसीको नानकजी ने कहा :

है भी सचु नानक ! होसी भी सचु।

जीव गुरुकृपा से जब तक उस सत्य को, उस अकाल पुरुष को ठीक से नहीं जान लेता, तब तक अनेकों माताओं के गर्भ की यात्रा करता ही रहता है, जन्म-मरण के चक्र में फँसता रहता है। उस अकाल पुरुष को जानने पर वह जन्म-मरण के चक्र से सदा के लिए मुक्त हो जाता है।

(पृष्ठ ८ का शेष)

वशिष्ठजी कहते हैं : "हे राम ! जीवन्मुक्त उसे कहते हैं जो सुख-दुःख को, मान-अपमान को, सबको माया जानता है और अपने चैतन्य स्वरूप का स्मरण करता है, अपने ज्ञानस्वरूप में स्थित होता है। ऐसा महापुरुष जीते-जी मुक्त ही है। ....और विदेहमुक्त कौन है ? ऐसा महापुरुष शरीर में है तब तक जीवन्मुक्त और जब उसका शरीर शान्त हो जाता है तब वह व्यापक ब्रह्म में लीन हो जाता है, विदेहमुक्त हो जाता है। जैसे आकाश जब तक घड़े में है तो घटाकाश कहलाता है किन्तु घड़ा टूट जाने पर वही आकाश महाकाश हो जाता है ऐसे ही शरीर शान्त होने पर महापुरुष जीवन्मुक्त में से विदेहमुक्त हो जाता है। फिर वह बह्मवेत्ता सूर्य होकर चमकता है, चन्द्रमा होकर औषधि पुष्ट करता है, ब्रह्मा होकर सृष्टि उत्पन्न करता है विष्णु होकर पालन करता है और शिव होकर सृष्टि का संहार करता है... धरती में से बीज को उत्पन्न करने का सामर्थ्य उसी ब्रह्मवेत्ता का है। ब्रह्मवेत्ता ब्रह्मस्वरूप हो जाता है :

ब्रह्मवेत्ता ब्रह्मविद् भवति ताकी वाणी वेद।
भाषा अथवा संस्कृत, करत भरम भव छेद॥

अपने गुरु से ऐसी शिकायत नहीं करना कि आपके अधिक काम के कारण साधना के लिए समय नहीं बचता। नींद के तथा गपशप लगाने के समय में कटौती करो और कम खाओ। तो आपको साधना के लिए काफी समय मिलेगा। आचार्य की सेवा ही सर्वोच्च साधना है। - स्वामी शिवानंदजी

संसार से राग मिटाओ.. प्रभु से प्रीति बढ़ाओ...

- पूज्यपाद संत श्री आसारामजी बापू

हे मानव ! तेरा जन्म संसार के राग-द्वेष में फँस मरने के लिये, राग-द्वेष से उत्पन्न सुख-दुःख को झेलने के लिये नहीं हुआ है बल्कि आत्मा-परमात्मा का अपरोक्ष अनुभव करके जीवन्मुक्त बनने के लिये हुआ है । इसलिये रागरहित अवस्था में पहुँचने के लिये तू प्रयत्न कर। संसार नश्वर है, परिवर्तनशील है, बदलनेवाला है इससे राग हटाता जा और प्रभु से प्रीति बढ़ाता जा तो तेरा काम बन जायेगा ।

मुक्ति की अनुभूति तब ही हो सकती है जब संसार की नश्वर वस्तुओं, परिस्थितियों, व्यक्तियों एवं संसार के संबंधों में आसक्ति न रहे ।

मुक्ति की अनुभूति तब ही हो सकती है जब संसार की नश्वर वस्तुओं, परिस्थितियों, व्यक्तियों एवं संसार के संबंधों में आसक्ति न रहे और आसक्ति व राग मिटाने का सबसे सरल तरीका है प्रभु का हो जाना। तू चिन्तन कर : 'मैं प्रभु का हूँ... प्रभु मेरे हैं ।' जब तू प्रभु का हो गया तो चिन्ता तेरी कैसे रही ? समस्या तेरी कैसे रही ? वह तो प्रभु की हो गई । दुःखी व चिन्तित तो वे होते हैं जिनके माई-बाप नहीं हैं । तेरा माई-बाप, तेरा अन्तरात्मा तो सदा ही तेरे पास है । गुरु तेरे साथ हैं, गुरुमंत्र तेरे साथ है, गुरुकृपा तेरे साथ है फिर भी यदि तू चिन्तित रहता है तो समझ लेना चाहिये कि प्रभु के प्रति, गुरु के प्रति पूर्ण समर्पण नहीं हुआ है ।

जब तू प्रभु का हो गया तो चिन्ता तेरी कैसे रही ? वह तो प्रभु की हो गई । दुःखी व चिन्तित तो वे होते हैं जिनके माई-बाप नहीं हैं । तेरा माई-बाप, तेरा अन्तरात्मा तो सदा ही तेरे पास है ।

संसार से आसक्ति मिटाने का प्रभावशाली उपाय है कि हे मानव ! तू सच्चे हृदय से प्रभु की, गुरु की शरण चला जा । तुझे तुरन्त वहीं से प्रेरणा, स्फूर्ति व सहारा मिलने लगेगा । कब तक तू बाहर सहारा खोजता रहेगा ? परम समर्थ परमात्मा का सहारा ले । तू प्रभु से प्रीति बढ़ाता जा । उस पर अपने-आपको छोड़ दे । अपने-आपमें निश्चिन्त हो जा । कई जन्मों से तूने संसार के संबंधों से प्रीति की । तूने सोचा कि 'भाई-बहन, माता-पिता, पति-पत्नी मेरी बात मान लें...' परन्तु इनमें से कोई हमारी बात नहीं मानता । सुख हमारी बात नहीं मानता, वह सदा नहीं टिकता । दुःख हमारी बात नहीं मानता । हमारी बात मनवाने-मनवाने में कई जन्म हमने गँवाये । अब इस राग के आग्रह को छोड़ । चिन्तन कर : 'हे प्रभु ! हमारी बात मनवाते-मनवाते कई जिन्दगियाँ पूरी कीं । अब तो तेरी बात में हम राजी हैं ।' यह चिन्तन ही तुझे राग रहित अवस्था में ले जायेगा ।

तेरे फूलों से भी प्यार तेरे काँटों से भी प्यार ।
तू जो चाहे दे दे हमको सब है स्वीकार ॥

तू कोई भी कर्म कर तो राग को पोसने के लिये मत कर । प्रभु की प्रसन्नता के लिये, परहित के भाव से, निष्काम भाव से प्रभु को समर्पित होकर कर । भोजन कर परन्तु देहासक्ति को पोसने के लिये नहीं । रागरहित होकर भोजन करेगा तो तेरा भोजन प्रसाद बन जायेगा । रागरहित होकर संसार का कार्य करेगा तो तेरा प्रत्येक कार्य

कर्मयोग बन जाएगा ।

जिस तरह पतिव्रता स्त्री अपने राग को अपने पति में मिला देती है इससे उसका सामर्थ्य बढ़ता है । उसी तरह भक्त भगवान के राग में अपना राग मिला दे । शिष्य अपना राग गुरु के राग में मिला दे तो जीव ब्रह्म हो जाता है । जीव शिव हो जाता है। जीव अपने स्वस्वरूप में जग जाता है । इसी बात को कबीरजी ने बहुत ही सुन्दर ढंग से कहा है :

सद्गुरु मेरा शूरमा, करे शब्द की चोट ।
मारे गोला प्रेम का हरे भरम की कोट ॥

हमने अपने जीवन में अनेक भ्रम पाल लिये हैं । जैसे, 'बेटा हो जाये तो सुखी होऊँ... शादी हो जाये तो सुखी होऊँ... नौकरी मिल जाये तो सुखी होऊ... धन्धा चल जाये तो सुखी होऊँ...पत्नी या बेटा सुधर जाये तो सुखी होऊँ...' यह हमारी भ्रान्ति है । मान्यताओं से संसार में कोई कभी सुखी नहीं हुआ न होगा । इसीलिए सद्गुरुदेव बार-बार कहते हैं कि रागरहित हो जाओ ।

विवेक जगाओगे तो राग भाग जायेगा । जैसे, सूर्योदय के साथ ही अंधकार चला जाता है वैसे ही राग-द्वेषरहित अवस्था से सारे दुःख मिट जाते हैं और परम शान्ति की प्राप्ति होती है । हमारा सबका अनुभव है कि सद्गुरु के सत्संग में बहुत आनन्द आता है, परम शान्ति की अनुभूति होती है । उसका कारण है कि हम राग-द्वेषरहित सत्पुरुष के सान्निध्य में बैठते हैं । हमें लगता है कि 'बापू ने हमें आनन्द दिया... बापू ने हमें शान्ति दी... ।' नहीं, शान्ति व आनन्द की अनुभूति इसलिए हुई कि बापू का भी बापू जो तुम्हारा परमात्मा, अन्तरात्मा है वह रागरहित अवस्था में बैठा है, उसकी झलकें तुम्हें मिलीं ।

हमारा राग का रोग बहुत पुराना है । इसमें एक दिन की औषधि से काम नहीं चलेगा । प्रतिदिन औषधि खाओ, हर व्यवहार करते समय विवेक बनाये रखो । प्रभु का स्मरण सतत करो । तभी तुच्छ रागयुक्त स्मरण छूटेगा । परन्तु सदा ध्यान रहे कि कहीं राग छोड़ने का अहंकार तो प्रवेश नहीं कर रहा है ? कई बार विचार आ जाता है : 'मैंने विकार जीता... मैंने काम जीता... मैंने लोभ जीता... मैंने देहासक्ति छोड़ी... इस तरह राग छोड़ने का अहंकार प्रवेश कर जाता है । इसलिये आवश्यक है कि संसार से राग छोड़ो । प्रभु से, गुरु से प्रीति बढ़ाओ । प्रभुनाम स्मरण करो । प्रभुध्यान करो । प्रभु को अर्पित करके प्रभु की प्रसन्नता के लिये काम करो । तब ही अहंकार का खतरा नहीं आयेगा और यह अनुभव होने लगेगा कि :

सब घट मेरा साँइया खाली घट ना कोय ।
बलिहारी वा घट की जा घट परगट होय ॥
कबीरा कुँआ एक है पनिहारी अनेक ।
न्यारे-न्यारे बरतनों में पानी एक का एक ॥

राग ही हमें बेईमान बनाता है । राग ही हमें धोखेबाज बनाता है । राग ही हमें कर्मबन्धन में डालता है । राग ही हमें दुःखी व चिन्तित करता है । राग ही हमें भयभीत बनाता है । राग ही हमें कई जन्मों में, कई योनियों में भटकाता है । राग ही हमें भोगी बनाता है । राग ही हमें गिराता है । राग ही हमें स्वार्थी बनाता है । राग ही हमें कामी, क्रोधी, लोभी बनाता है । राग ही हमें विकारों में ढकेलता है । इसलिये रागरहित होने के उपाय करो :

१. राग को मिटाने के लिये जगत की नश्वरता का विचार करके, शरीर की क्षणभंगुरता का विचार करके हृदय में वैराग्य उत्पन्न करना चाहिये ।

संसार की आसक्ति मिटाने का प्रभावशाली उपाय है कि हे मानव ! तू सच्चे हृदय से प्रभु की, गुरु की शरण चला जा ।

विवेक जगाओगे तो राग भाग जायेगा । जैसे सूर्योदय के साथ ही अंधकार चला जाता है वैसे ही राग-द्वेषरहित अवस्था से सारे दुःख मिट जाते हैं और परम शान्ति की प्राप्ति होती है ।

२. भगवान से, गुरु से इतना राग करो कि संसार के संबंधों व क्षणिक भोग-पदार्थों में राग का स्मरण ही न हो ।

३. परमात्मतत्त्व का चिन्तन करो । परमात्मतत्त्व का ध्यान करो । यदि हम परमात्मतत्त्व में ठीक तरह से तीन मिनट भी स्थित हो जायें तो रागरहित अवस्था में पहुँच जायेंगे ।

४. 'प्रभु मेरे हैं... मैं प्रभु का हूँ । प्रभु शाश्वत हैं... मैं भी शाश्वत हूँ । प्रभु आनन्दमय हैं... मैं भी आनन्दमय हूँ ।' इस प्रकार अपने-आप में प्रभु के गुणों का अनुभव करने से भी संसार का राग मिटेगा ।

५. राग से प्रभावित होकर हम उन सबसे संबंध जोड़ रहे हैं जो छूटनेवाले हैं । हमारा अन्तर्यामी आत्मा तो सदा हमारे साथ है । कितनी भी विपदायें आ जायें, जीवन में कितनी भी उथल-पुथल हो जायें, परन्तु वह अन्तर्यामी आत्मा हमारा साथ एक क्षण के लिये भी नहीं छोड़ता । उस अन्तर्यामी आत्मा में टिकने से राग भाग जायेगा ।

उपरोक्त उपायों को अपनाने से हम रागरहित हो जायेंगे । रागरहित होना मानो परम खजाना पाना है । रागरहित होने से हमारे काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार आदि विकार शान्त हो जाते हैं । प्रेम, उत्साह, आनन्द, ईश्वरप्राप्ति का भाव उठने लगता है । रागरहित अवस्था, जीवन्मुक्ति की अवस्था है । जीवन्मुक्त महापुरुष सभी क्रियाएँ करते हुए दिखाई देते हैं परन्तु वास्तव में वे कुछ नहीं करते क्योंकि उठने, बैठने, खाने, पीने, बोलने, चलने, हँसने, रोने, जीने, मरने आदि से वे बहुत ऊपर बैठे हुए हैं । रागरहित अवस्थावाले के पीछे तो हरि फिरते हैं । कहा भी गया है कि :

उधो ! मोहे संत सदा अति प्यारे...
मैं संतन के पीछे जाऊँ ।
जहाँ जहाँ संत सिधारे ॥
उधो ! मोहे संत सदा अति प्यारे...

रागरहित होने से स्वार्थ सेवा में बदल जाता है, भोग योग में बदल जाता है, जीव शिव में बदल जाता है, भक्त भगवान में मिल जाता है, जीव ब्रह्म में मिल जाता है, साधक सिद्धि को प्राप्त करता है । रागरहित होने से जो होना चाहिये वह होने लगेगा, जो नहीं होना चाहिये वह नहीं होगा । एकनाथजी महाराज रागरहित हो चुके थे । कथा कहती है कि भगवान श्रीखण्डया का रूप धारण करके १२ वर्ष उनकी चाकरी में रहे । धन्ना जाट के साथ भगवान खेत में मदद करने के लिए रहते थे । यह सारी महिमा है रागरहित होने की ।

वास्तव में हमें राग मिटाना नहीं है केवल उसको प्रभु की तरफ मोड़ना है । राग छोड़ना नहीं है, केवल मोड़ना है । संसार के राग को मोड़कर प्रभु की तरफ ले जाना है । प्रभु से प्रीति बढ़ाओ तो अपने-आप संसार से राग छूटकर प्रभु की ओर मुड़ जायेगा । इसलिये साधक प्रभु से प्रार्थना करता है :

अब प्रभु कृपा करहु एहि भाँती ।
सब तजि भजनु करौं दिन राती ॥

ऐसा दीपक तुम्हीं जला दो...

मैंने जितने दीप जलाए
नियति पवन ने सभी बुझाए ।
मेरे तन-मन का तम हर ले
ऐसा दीपक तुम्हीं जला दो ॥
अंधकार है आगे पथ में
सही राह को कौन दिखाए ?
तूफानों में पार लगा दें
ऐसा नाविक तुम्हीं बता दो ॥
खेल समय ने खूब दिखाए
आँसू पीकर हम मुसकाये ।
कल तक थे जो केवल अपने
आज हो गये वे ही पराये ॥
कल था जो वो आज नहीं
कल का क्या अंदाज नहीं ।
लेख समय का जो पढ़ पाये
ऐसा पाठक तुम्हीं बता दो ॥

- लक्ष्मणसिंह डोड़िया
मु.पो. थम गुराड़िया, तह. आलोट, रतलाम.

आत्मज्ञान की दिव्यता

- पूज्यपाद संत श्री आसारामजी बापू

भारत की वह विदूषी कन्या सुलभा एक बार राजा जनक के दरबार में पहुँची । यह बात उस समय की है जब कन्याएँ राजदरबार में नहीं जाया करती थीं । वह साहसी कन्या सुलभा जब सात्त्विक वेशभूषा में राजा जनक के दरबार में पहुँची तब उसकी पवित्र, सौम्य मूर्ति देखकर राजा जनक का हृदय श्रद्धा से अभिभूत हो उठा ।

जनक ने पूछा : ''देवि ! तुम यहाँ कैसे आयी हो ? तुम्हारा परिचय क्या है ?''

कन्या : ''राजन् ! मैं आपकी परीक्षा लेने के लिए आयी हूँ ।''

कैसा रहा होगा भारत की उस कन्या में दिव्य आध्यात्मिक ओज ! जहाँ पंडित लोग खुशामद करते थे, जहाँ तपस्वी लोग भी जनक की जय-जयकार किये बिना नहीं रहते थे और भाट एवं चारण दिन-रात जिनके गुणगान गाने में अपने को भाग्यशाली मानते थे वहाँ भारत की वह १६-१७ वर्ष की कन्या कहती है : ''राजन् ! मैं तुम्हारी परीक्षा लेने आयी हूँ ।''

राजा जनक सुनकर प्रसन्न हुए कि मेरे देश में ऐसी भी बालिकाएँ हैं ! वे बोले : ''मेरी परीक्षा ?''

कन्या : ''हाँ राजन् ! आपकी परीक्षा । आप मेरा परिचय जानना चाहते हैं तो सुनिये । मेरा नाम सुलभा है । मैं १६ वर्ष की हुई तो मेरे माता-पिता मेरे विवाह के विषय में कुछ विचार-विमर्श करने लगे । मैंने खिड़की से उनकी सारी बातें सुन लीं । अत: उनसे मैंने कहा :

'संसार में तो जब प्रवेश होगा तब होगा लेकिन पहले जीवात्मा को अपनी आत्मशक्ति जगानी चाहिए । आप एक बार मुझे सत्संग में ले गये थे, जिसमें मैंने सुना था कि प्राणीमात्र के हृदय में जो परमात्मा छिपा है उस परमात्मा की जितनी शक्तियाँ मनुष्य जगा सके उतना ही वह मनुष्य महान् बनता है । अत: मुझे पहले महान् बनने की दीक्षा-शिक्षा दिलाने की कृपा करें ।'

पहले तो मेरे पिता हिचकिचाने लगे किन्तु मेरी माँ ने उन्हें प्रोत्साहित किया । मेरे माता-पिता ने जिनसे दीक्षा ली थी उनसे मुझे भी दीक्षा दिलवा दी । मेरे गुरुदेव ने मुझे प्राणायाम-ध्यानादि की विधि सिखायी । मैंने डेढ़ सप्ताह तक उनकी बतायी गयी विधि से साधना की तो मेरी सुषुप्त शक्ति जाग्रत होने लगी । कभी मैं ध्यान में हँसती, कभी रुदन करती... इस प्रकार विभिन्न अनुभवों से गुजरते-गुजरते एवं आत्मशक्ति का अहसास करते-करते छ: महीने में मेरी साधना में चार चाँद लग गये । फिर गुरुदेव ने मुझे तत्त्वज्ञान का उपदेश दिया : 'बुद्धि की शक्ति का, मन की प्रसन्नता का एवं शरीर की रोगप्रतिकारक शक्ति का विकास जहाँ से पनपता है उस अपने स्वरूप को जान ।'

मन तू ज्योति स्वरूप
अपना मूल पिछान ।

पूज्य गुरुदेव ने तत्त्वज्ञान की वर्षा कर दी । अब मैं आपसे यह पूछना चाहती हूँ कि मैं तो एकान्त में रोज एक-दो घण्टे जप-ध्यान करती थी जिससे मेरी स्मरणशक्ति, बुद्धिशक्ति, अनुमान शक्ति, क्षमा शक्ति, शौर्य शक्ति आदि का विकास हुआ और बाद में जहाँ से सारी शक्तियाँ बढ़ती हैं उस परब्रह्म परमात्मा का, सोहं स्वरूप का ज्ञान गुरु से मिला तब मुझे आत्म-साक्षात्कार हुआ । किन्तु आप राज-काज की झंझटों के बीच रहकर ब्रह्मज्ञानी कैसे बने ? घोड़े के रकाब में पैर डालते-डालते आपको आत्मा

नारी ! तू नारायणी

का साक्षात्कार कैसे हो गया ? ...और साक्षात्कार के बाद आपको इन चँवर डुलानेवाली ललनाओं एवं छत्र की क्या जरूरत है ? इस राज-वैभव और महलों की क्या जरूरत है ? जिसके हृदय में आत्मसुख पैदा हो गया उसे संसार का सुख तो तुच्छ लगता है। फिर भी हे राजन् ! आप संसार के नश्वर सुख में क्यों टिके हैं ?''

''आप राज-काज की झंझट के बीच रहकर ब्रह्मज्ञानी कैसे बने ? घोड़े के रकाब में पैर डालते-डालते आपको आत्मा का साक्षात्कार कैसे हो गया ?''

सुलभा के प्रश्नों को सुनकर जनक बोले : ''सुनो, सुलभा ! पिछले जन्म में मैं व कुछ साथी गुरुदेव के आश्रम में जाते थे। गुरुदेव हमें प्राणायाम आदि साधना की विधि बताते थे। एक बार गुरुदेव कहीं घूमने निकल गये। हम सब छात्र मिलकर नदी में नहा रहे थे और हममें से जो सबसे छोटा विद्यार्थी था उसकी मजाक उड़ा रहे थे कि : 'बड़ा जोगी आया है... तेरे को ईश्वर नहीं मिलेंगे, हमें मिलेंगे...' और मैंने तो उद्दण्डता करके उस छोटे-से विद्यार्थी के सिर पर टकोरा मार दिया। हमारे व्यवहार से दुःखी होकर वह रोने लगा। इतने में गुरुदेव पधारे और सारी बात जानकर नाराज होकर बोले :

''जब तक इस नन्हें विद्यार्थी को परमात्मा का अनुभव नहीं होगा तब तक तुमको भी नहीं होगा और जब होगा तब इसीकी कृपा से तुम्हें परमात्मतत्त्व का अनुभव होगा।''

''जब तक इस नन्हें विद्यार्थी को परमात्मा का अनुभव नहीं होगा तब तक तुमको भी नहीं होगा और जब होगा तब इसीकी कृपा से ही तुम्हें परमात्मतत्त्व का अनुभव होगा।''

समय पाकर हमारा वह जीवन पूरा हुआ लेकिन गुरुद्वार पर रहे थे, साधना आदि की थी अतः इस जन्म में मैं राजा बना और वह नन्हा-सा विद्यार्थी अष्टावक्र मुनि बना। अष्टावक्र मुनि को माता के गर्भ में ही परमात्मा का साक्षात्कार हो गया।

''अच्छे व्यक्ति अगर राजगादी से चले जायेंगे तो स्वार्थी, लोलुप और एक-दूसरे की टाँग खींचनेवाले लोगों का प्रभाव बढ़ जायेगा।

उन्हीं अष्टावक्र मुनि के श्रीचरणों में मैंने परमात्मज्ञान की प्रार्थना की, तब वे बोले :

''सत्पात्र शिष्य हो और समर्थ सद्गुरु हों तो परमात्मतत्त्व का साक्षात्कार हो सकता है। डाल रकाब में पैर।''

मैंने रकाब में पैर डाला तो वे बोले :

''तुझे ईश्वर का दर्शन करना है ? तू मुझे क्या मानता है ?''

''आपको मैं गुरु नहीं, सद्गुरु मानता हूँ।''

''अच्छा, सद्गुरु मानता है, तो ला दक्षिणा।''

''गुरुजी ! तन, मन, धन सब आपका है।''

मैं जैसे ही पैर उठाने गया तो वे बोल उठे :

''जनक ! तन मेरा हो गया तो मेरी आज्ञा के बिना क्यों पैर उठा रहा है ?''

मैं सोचने लगा तो वे बोले :

''मन भी मेरा हो गया, इसका उपयोग मत कर।''

मेरा मन क्षण भर के लिए शांत हो गया। फिर बुद्धि से विचारने लगा तो गुरुदेव बोले :

''छोड़ अब सोचना।''

गुरुदेव ने थोड़ी देर शांत होकर मुझ पर कृपा बरसायी और मुझे परमात्मतत्त्व का साक्षात्कार हो गया। अब मुझे यह संसार स्वप्न जैसा लगता है और चैतन्यस्वरूप आत्मा अपना लगता है। दुःख के समय मुझे दुःख की चोट नहीं लगती और सुख के समय मुझे सुख का आकर्षण नहीं होता। मैं मुक्तात्मा होकर राज्य करता हूँ।

सुलभा ! तुम्हारा दूसरा प्रश्न था कि : 'जब आत्मा-परमात्मा का आनंद आ रहा है तो फिर आप राजगादी का मजा क्यों ले रहे हैं ?'

मेरे गुरुदेव ने कहा था : 'अच्छे व्यक्ति अगर

(शेष पृष्ठ २० पर)

बाबाजी : मच्छर से भयभीत, शेर से निर्भय !

- पूज्यपाद संत श्री आसारामजी बापू

उड़िया बाबा एक ऐसे संत थे जहाँ अखंडानंद सरस्वती मस्तक झुकाते थे और उन्हीं के शिष्य अखंडानंदजी के चरणों में आनंदमयी माँ मस्तक झुकाती थीं और आनंदमयी माँ ऐसी दिव्यात्मा थीं, जहाँ प्रधानमंत्री मस्तक झुकाकर अपना भाग्य बनाते थे ।

साधुओं के पास क्या नहीं होता ? दिखते तो हैं हमारे जैसे-दो हाथ-पैरवाले, लेकिन उनके पास आत्ममस्ती का ऐसा खजाना होता है जिसकी हम कल्पना भी नहीं कर सकते ।

साधुओं के पास क्या नहीं होता ? दिखते तो हैं हमारे जैसे-दो हाथ-पैरवाले, लेकिन उनके पास आत्ममस्ती का ऐसा खजाना होता है जिसकी हम कल्पना भी नहीं कर सकते । ऐसे महापुरुषों के पास बाहर से भले कुछ भी नहीं दिखता फिर भी माँगनेवाले को वे सब कुछ दे सकते हैं । वे महापुरुष देते हुए दिखते नहीं हैं लेकिन लेनेवाले की झोली भर जाती है फिर भी उनके पास कुछ खूटता नहीं । वे ऐसे अखूट भण्डार के दाता होते हैं । वे मच्छर से तो डरते हैं और शेरों से निर्भीक रहते हैं ।

वे महापुरुष देते हुए दिखते नहीं हैं लेकिन लेनेवाले की झोली भर जाती है । वे ऐसे अखूट भण्डार के दाता होते हैं । वे मच्छर से तो डरते हैं और शेरों से निर्भीक रहते हैं ।

एक बाबाजी अपने चेले सुरजीत के साथ यात्रा कर रहे थे । मार्ग में थकान होने पर एक पेड़ के नीचे बैठे । इतने में एक मच्छर ने काटा तो बोल उठे :

''अरे सुरजीत ! मच्छर ने काट दिया । कुछ सरसों का तेल-वेल लाया है क्या ?''

सुरजीत सोचने लगा कि हद हो गयी ! बाबा दिन-रात लोगों को बोलते हैं कि 'सभी में परमात्मा हैं' और मच्छर से डर रहे हैं ! थोड़ी ही देर में उन्हें शेर की दहाड़ सुनायी दी, जिसे सुनकर सुरजीत बोला :

''गुरुजी ! शेर आ रहा है ।''

बाबाजी : ''आ रहा है तो आने दे । तेरे बाप का क्या जाता है ?''

सुरजीत : ''गुरुजी ! मुझे तो बड़ा डर लग रहा है । मैं पेड़ पर चढ़ जाता हूँ ।''

बाबाजी : ''चढ़ जा ।''

सुरजीत : ''गुरुजी ! आप भी चढ़कर जान बचाइये ।''

बाबाजी : ''वह क्या खायेगा ? उसके बाप की ताकत है ?''

गुरुजी तो बैठे रहे टाँग पर टाँग चढ़ाकर । सुरजीत आश्चर्य चकित होकर सोचने लगा कि 'जंगल के सब प्राणी डर के मारे भागदौड़ कर रहे हैं लेकिन गुरुजी पहले की अपेक्षा ज्यादा निश्चिंत नजर आ रहे हैं !'

थोड़ी देर में शेर नजदीक आया । गुरुजी ने उस पर प्रेम की एक निगाह डाली और...

प्रेम का भिखारी तो मनुष्य भी है, पशु भी है, देवता भी है और देवताओं का देवता वह परमात्मा भी प्रेम का प्यासा है, प्रेम का भिखारी है । 'छछियनभरी छाछ' पर भगवान श्रीकृष्ण नाचे हैं । क्यों ? प्रेम के लिए ही तो नाचे । गोपियों के प्रेम के आगे ही तो भगवान ने नृत्य किया ।

उस प्रेमस्वरूप में जो जगे हैं, उन महापुरुष के सान्निध्य में पहुँचते ही वह भूखा शेर शांत होकर बैठ गया, मानो उन महापुरुष के पैर चाट रहा हो !

यह देखकर सुरजीत दंग रह गया और बोला : ''गुरुजी, गुरुजी ! कृपा करके इसे भेज दीजिए ताकि मैं नीचे उतर सकूँ ।''

महापुरुष के सान्निध्य में पहुँचते ही वह भूखा शेर शांत होकर बैठ गया, मानो उन महापुरुष के पैर चाट रहा हो !

गुरुजी : ''बेटा ! हम शेरों से निर्भीक रहते हैं। तुझे भी नीचे आना हो तो आ जा ।''

ब्रह्मवेत्ता महापुरुष अनपढ़ होते हुए भी विद्वान पुरुषों को पढ़ाने की क्षमता रखते हैं, अनजान होकर भी जानकारों को जानकारी देते हैं और निर्धन होकर भी धनवानों को दान करते हैं। देवता लोग भी ऐसे ब्रह्मवेत्ताओं का दीदार करके अपना भाग्य बना लेते हैं तो आम आदमी ब्रह्मज्ञानी का दीदार करके अपना दिल बना ले तो क्या बड़ी बात है ?

ब्रह्मज्ञानी का दर्शन बड़भागी पावै..

जिसकी सात-सात पीढ़ियाँ आबाद करनी हों उसको किसी ब्रह्मज्ञानी महापुरुष के सत्संग में ले जाओ और किसीकी सात पीढ़ियाँ बरबाद करनी हों तो उसे संत की निंदा करने में लगा दो । किसीको अपयश और असफलता दिलानी हो तो उसे किसी महापुरुष की निंदा में लगाने से देर-सबेर उसे अपयश और असफलता मिल जायेगी और हजार-हजार अपयश और असफलताओं के बीच फँसे किसी व्यक्ति को पहुँचा दो किसी संत-महापुरुष के द्वार पर तो वह अपयश और असफलताओं के सिर पर पैर रखकर यशस्वी और सफल होकर देर-सबेर परब्रह्म परमात्मा को भी पा लेगा... संतों के संग की ऐसी अद्भुत महिमा है । जो ऐसे ब्रह्मवेत्ताओं के द्वार पर पुरुषार्थ करके पहुँच जाता है, उसीका जीवन धन्य है । शास्त्र में आता है :

जिसकी सात-सात पीढ़ियाँ आबाद करनी हों उसको किसी ब्रह्मज्ञानी महापुरुष के सत्संग में ले जाओ और किसीकी सात पीढ़ियाँ बरबाद करनी हों तो उसे संत की निंदा करने में लगा दो ।

शतं विहाय भोक्तव्यं सहस्रं स्नानमाचरेत् ।
लक्षं विहाय दातव्यं कोटिं त्यक्त्वा हरिं भजेत् ॥

सौ काम छोड़कर भोजन कर लो । हजार काम छोड़कर स्नान कर लो । लाख काम छोड़कर दान-पुण्य कर लो नहीं तो मन बेईमान हो जायेगा । करोड़ काम छोड़कर हरि का नामजप, हरि का ध्यान और हरि का ज्ञान पा लो, संतों का संग कर लो, इसीमें आपका कल्याण है ।

ईमानदारी का मूल्य

जिसने अपने जीवन का मूल्य समझा है फिर वह चाहे व्यापारी की गादी पर हो या न्यायाधीश की कुर्सी पर, वह अपने बाहर के सुख और ऐश से ज्यादा अपने हृदय की पवित्रता पर ध्यान देता है ।

मंगोलिया में चांगसेन नाम के एक बड़े ईमानदार न्यायाधीश थे । वे यह जानते थे कि धन-संपदा और सुविधाओं के कारण अपना हृदय बिगाड़ना यह बेवकूफी है ।

एक सुबह उनका एक निकट का मित्र उनके पास अशर्फियों से भरी थैली लाया और बोला :

''आप रिश्वत नहीं लेते, यह मैं जानता हूँ लेकिन यह मैं आपको प्रेम से भेंट कर रहा हूँ । सरकारी वेतन से आपके बच्चे पढ़ने में बड़ी तकलीफ महसूस कर रहे हैं । आने-जाने के लिए आपको वाहन-व्यवस्था में भी परेशानी होती है । अत: आप यह अशर्फियों की थैली भेंट के रूप में ही रख लीजिए । हमारे केस की फाइलें हैं, उस पर आप जरा मीठी नजर रखियेगा, और मैं कुछ नहीं चाहता हूँ ।''

न्यायाधीश : ''मैं रूखी रोटी खाऊँगा, बच्चों को पढ़ने के लिए पैदल भेजूँगा लेकिन मन को अशुद्ध करनेवाली तुम्हारी यह रिश्वत मुझे नहीं चाहिए । भले

तुम मेरे मित्र हो, विश्वसनीय हो, तुम किसीको नहीं बताओगे, फिर भी मेरा अंतर्यामी परमात्मा तो मुझे डंखेगा । मेरी बेईमानी तो मुझे खायेगी इसलिए मेहरबानी करके मुझे बेईमान मत बनाओ ।''

जिन्होंने विषय-विलास से ज्यादा अपनी नैतिकता को मूल्य दिया, अपने अंतःकरण की पवित्रता को मूल्य दिया, नश्वर से ज्यादा शाश्वत को मूल्य दिया, ऐसे लोग ही वास्तव में धन्य हैं । लेकिन जो झूठ-कपट और बेईमानी करके, नश्वर भोगसंग्रह एवं सुविधाओं में रत रहते हैं, वे भीतर से खोखले हो जाते हैं ।

अब्राहम लिंकन वकालत करते थे लेकिन बेईमानी करके कमाना पसंद नहीं करते थे । वकीलों की नजर में भले वे लायक नहीं थे किन्तु फिर भी उन्होंने अपनी ईमानदारी को बनाये रखा था । कुछ समय बाद उन्होंने व्यापार किया, सच्चाई से व्यापार किया किन्तु पार्टनर ने धोखा दिया । तब लोगों ने कहा : ''व्यापार करने में भी आप सफल नहीं हुए ?''

लेकिन अब्राहम लिंकन कितने सफल हुए यह दुनिया जानती है । उन्होंने चुनाव लड़ा किन्तु वह भी ईमानदारी से । १८३२ का चुनाव हार गये, १८३४ का हार गये, १८३८ का हार गये, १८४२ का हार गये, फिर भी उन्होंने अपनी ईमानदारी नहीं छोड़ी । अपने हृदय की पवित्रता को बनाये रखा । हिम्मत और सच्चाई को न छोड़ा । कुछ समय बाद उनकी नसें कमजोर हो गयीं फिर भी उस सच्चे आदमी की हिम्मत न डिगी और सन् १८५५ एवं १८६० में वे अमेरिका के एक विश्वविख्यात प्रेसिडेंट हो गये । यह उनकी ईमानदारी और साहस का ही तो फल है !

सच्चे आदमी को प्रारंभ में भले ही थोड़ी कठिनाई दिखे और शुरूआत में बेईमान आदमी को भले थोड़ी सुविधा दिखे लेकिन अन्ततोगत्वा तो सच्चाई एवं समझदारीवाला ही इस लोक और परलोक में सुखी रह पाता है ।

''मैं रूखी रोटी खाऊँगा, बच्चों को पढ़ने के लिए पैदल भेजूँगा लेकिन मन को अशुद्ध करनेवाली तुम्हारी यह रिश्वत मुझे नहीं चाहिए ।''

सच्चे आदमी को प्रारंभ में भले ही थोड़ी कठिनाई दिखे और शुरूआत में बेईमान आदमी को भले थोड़ी सुविधा दिखे लेकिन अन्ततोगत्वा तो सच्चाई एवं समझदारीवाला ही इस लोक और परलोक में सुखी रह पाता है ।

(पृष्ठ १७ का शेष)

राजगादी से चले जायेंगे तो स्वार्थी, लोलुप और एक-दूसरे की टाँग खींचनेवाले लोगों का प्रभाव बढ़ जायेगा । ब्रह्मज्ञानी अगर राज्य करेंगे तो प्रजा में भी ब्रह्मज्ञान का प्रचार-प्रसार होगा ।

सुलभा ! ये चँवर और छत्र राजा का गणवेश है । इसलिए इस राज-गणवेश का उपयोग करके मैं अच्छी तरह से राज्य करता हूँ और राज-काज से निपटकर रोज आत्मध्यान करता हूँ ।''

सुलभा के एक-एक प्रश्न का संतोषप्रद जवाब राजा जनक ने दिया, जिसे सुनकर सुलभा का हृदय प्रसन्न हुआ और राजा जनक भी सुलभा के प्रश्नों से प्रसन्न होकर बोले :

''सुलभा ! मुझे तुम्हारा पूजन करने दो ।''

साधुओं का नाम लो तो शुकदेवजी का पहला नंबर आता है । उन शुकदेवजी के गुरु राजा जनक, जीवन्मुक्त मिथिलानरेश, सत्रह वर्षीय सुलभा का पूजन करते हैं । कैसा दिव्य आदर है आत्मज्ञान का !

जो मनुष्य आत्मज्ञान का आदर करता है वह आध्यात्मिक जगत में तो उन्नत होता ही है लेकिन भौतिक जगत की वस्तुएँ भी उसके पीछे-पीछे दौड़ी चली आती हैं । ऐसा दिव्य है वह आत्मज्ञान !

हस्त चिकित्सा

शरीर के किसी भी अंग की पीड़ा में चमत्कारिक, पीड़ानिवारक, स्वास्थ्य एवं सौन्दर्यवर्धक स्पर्श चिकित्सा

मानसिक पवित्रता और एकाग्रता के साथ मन में निम्नलिखित वेदमंत्र का पाठ करते हुए दोनों हथेलियों को परस्पर रगड़कर गर्म करके उनसे पाँच मिनट तक पीड़ित अंग का बार-बार सेंक कीजिए और सेंक करने के पश्चात् नेत्र बन्द करके कुछ मिनट तक सो जाइये । इससे गठिया, सिरदर्द तथा अन्य सब प्रकार के दर्द दूर होते हैं ।

मंत्र इस प्रकार है :

अयं मे हस्तो भगवा, नयं मे भगवत्तर: ।
अयं मे विश्वभेषजो यं शिवाभिमर्शन ॥

अर्थात् मेरी प्रत्येक हथेली भगवान (ऐश्वर्यशाली) है, अच्छा असर करनेवाली है, अधिकाधिक ऐश्वर्यशाली और अत्यन्त बरकतवाली है । मेरे हाथ में विश्व के सभी रोगों की समस्त औषधियाँ हैं और मेरे हाथ का स्पर्श कल्याणकारी, सर्वरोगनिवारक और सर्वसौन्दर्य-सम्पादक है ।

आपकी मानसिक पवित्रता तथा एकाग्रता जितनी अधिक होगी उसी अनुपात में आप इस मंत्र द्वारा हस्त-चिकित्सा में सफल होते चले जाएँगे । अपनी हथेलियों के इस प्रकार एकाग्र और पवित्र प्रयोग से आप न केवल अपने ही अपितु अन्य किसीके रोग भी दूर कर सकते हैं ।

हथेलियों में सर्वरोगनिवारक और सौन्दर्यवर्धक शक्ति

रात्रि में सोते समय बिस्तर पर लेटकर और प्रात: बिस्तर से उठने से पूर्व इसी मंत्र को बोलते हुए दोनों हथेलियों को परस्पर रगड़कर गर्म करके उनसे सिर से लेकर पाँव के तलवों तक क्रमश: सिर, बाल, ललाट, नेत्र, नाक, कान, होंठ, गाल, ठोड़ी, गर्दन, कन्धे, भुजाएँ, वक्ष, हृदय, पेट, पीठ, नितंब, जंघाएँ, घुटने, पिंडलियाँ, टखने, पाद, पृष्ठों और पैर के तलुओं का स्पर्श बड़े स्नेह और शान्ति से कीजिए । इससे आप देखेंगे कि आपका स्वास्थ्य और सौन्दर्य गुलाब के पुष्प की भाँति सुविकसित होता जा रहा है । हथेलियों को परस्पर रगड़कर, मनोयोग के साथ मंत्र सहित सिर से पाँव तक सारे शरीर के स्पर्श द्वारा स्वास्थ्य और सौन्दर्य की वृद्धि होती है ।

उदाहरणार्थ : यदि आप मंत्र बोलते हुए दोनों हथेलियों को आपस में रगड़कर गर्म करके नेत्रों का स्पर्श करें और अनुभव करें कि 'आपकी पलकों के बाल सुन्दर और आकर्षक होते जा रहे हैं, आपकी दृष्टिशक्ति बढ़ रही है और आपकी दृष्टि स्पष्ट, पवित्र और मनोहर हो रही है...' तो आप कुछ ही दिनों के उपरान्त नेत्रों में वैसा ही आश्चर्यजनक सुधार पायेंगे ।

मनुष्य की दोनों हथेलियों में सर्वरोगनिवारक औषधियाँ निहित हैं और दोनों हथेलियों को परस्पर रगड़कर गर्म करने से सर्वरोगनिवारक औषधियों का प्रभाव हथेलियों की त्वचा में आ जाता है ।

इस प्रकार हथेलियों को परस्पर रगड़कर सिर से पाँव तक शरीर के समस्त अवयवों पर घुमाने से प्रत्येक अवयव के रोग और विकार निकल जाते हैं और उसके स्थान पर आरोग्यता एवं सुन्दरता की प्राप्ति होने लगती है ।

यह हमारे देश का दुर्भाग्य ही है कि देशवासी आचार-विचार की दृष्टि से भ्रष्टाचार की एवं आहार-विहार की दृष्टि से विषाक्त प्रदूषण की चक्की में पिस रहे हैं । जहाँ भ्रष्ट आचरण हमारे चरित्र और स्वभाव को दूषित कर रहा है वहीं दूषित एवं विषाक्त पर्यावरण हमारे शरीर और स्वास्थ्य का नाश कर रहा है ।

जल और वायु के साथ अनाज, सब्जी, फल, दूध

आदि खाद्य और पेय पदार्थ भी दूषित होते जा रहे हैं जो नाना प्रकार के रोग उत्पन्न कर रहे हैं ।

अतः ऐसी स्थिति में लापरवाही न बरतें । सब्जी, फल आदि को अच्छी तरह धोकर प्रयोग करें । पानी दूषित हो तो उबालकर ठण्डा करके सेवन करें । दूध को उबालकर कुनकुना गर्म ही सेवन करें । बाजारू वस्तुएँ, मिठाइयाँ, पेय पदार्थ आदि का प्रयोग भी आपके शरीर को दूषित कर सकता है, यह न भूलें । अपने शरीर को स्वस्थ और रोगप्रतिरोधक शक्ति से भरपूर रखें, जिससे कि वह इस प्रदूषण का मुकाबला कर सके । इसके लिये उचित आहार-विहार और श्रेष्ठ आचार-विचार का पालन करना अनिवार्य है :

भावप्रकाश (पूर्वखण्ड) में आता है :

दिनचर्यां निशाचर्यामृतुचर्यां यथोदिताम् ।
आचारन्पुरुषः स्वस्थः सदातिष्ठति नान्यथा ॥

दिनचर्या, रात्रिचर्या और ऋतुचर्या जिस प्रकार से (आयुर्वेद ने) बतायी है, उसी प्रकार से आचरण करनेवाला मनुष्य सदा स्वस्थ रह सकता है, इसके विपरीत आचरण करनेवाला स्वस्थ नहीं रह सकता ।

दवाओं की गुलामी कब तक ?

दिन-प्रतिदिन नई-नई दवाओं के आविष्कार होते रहते हैं, फिर भी रोगों की मात्रा घटने के बजाय बढ़ती रहती है । रोगों पर नियंत्रण करने के लिये जैसे-जैसे डॉक्टरों और चिकित्सालयों में वृद्धि की जा रही है, वैसे ही नित्य नये रोग सामने आ रहे हैं ।

टीके अथवा इंजेक्शन के दुष्परिणाम के कारण कुछ लोग अपनी आँखों की दृष्टि ही गँवा बैठते हैं, कुछ व्यक्ति लकवे के शिकार हो जाते हैं, कुछ रोगियों को श्वेत कुष्ठ हो जाता है । विषैली और नशीली दवाओं के प्रयोग से कई लोग बहरेपन, पागलपन, मिरगी, जोड़ों के दर्द, स्नायु की दुर्बलता, कब्ज, ब्लडप्रैशर, ब्लडकैंसर एवं हृदयरोग के शिकार हुए हैं ।

बिगड़ा हुआ स्वास्थ्य सुधारने की लालच में विषैली व नशीली दवाओं के सेवन से हम अपनी जीवनशक्ति को दुर्बल बनाकर सदा के लिये रोगग्रस्त रहते हैं । विषैली एवं नशीली दवाएँ मस्तिष्क को दुर्बल बनाकर और रोग के बाहरी लक्षणों को दबाकर केवल अस्थाई लाभ करती हैं । अंग्रेजी दवाई रोग को दबा तो देती है किन्तु कालान्तर में दवाई के अखाद्य तत्त्वों के प्रभाव से कोई दूसरा रोग उभरकर सामने आता है । फिर दूसरे रोग को दबाने के लिए अन्य अंग्रेजी दवाएँ लेनी पड़ती हैं ।

सच्चा स्वास्थ्य यदि दवाओं से मिलता तो कोई भी डॉक्टर, कैमिस्ट, वैद्य या उनके परिवार का व्यक्ति कभी बीमार नहीं पड़ता । स्वास्थ्य यदि खरीदने से मिलता तो संसार में कोई भी धनवान रोगी नहीं रहता ।

स्वास्थ्य इंजेक्शनों, यंत्रों, चिकित्सालयों के विशाल भवनों और डॉक्टरों की बड़ी-बड़ी डिग्रियों से नहीं मिलता, परन्तु स्वास्थ्य के नियमों का पालन करने से एवं संयमी जीवन जीने से मिलता है ।

यजुर्वेद में भी आता है :

शतं वोऽम्ब धामानि सहस्रमुत वो रुहः ।
अधाशत क्रत्वो यूयमिमं मेऽअंगद्रकृत ॥

मनुष्यों को चाहिये कि वे उचित पथ्य आहार और नियमों का विधिवत् पालन कर शरीर को रोगरहित रखें अर्थात् स्वास्थ्य की रक्षा करें क्योंकि स्वस्थ रहे बिना धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष इन चारों पुरुषार्थों को उपलब्ध नहीं किया जा सकता है ।

महात्मा गांधी कहते हैं कि शरीर में अनेक दवाइयों को ठांसने से मनुष्य अपनी जिन्दगी को घटाता है । इतना ही नहीं, बल्कि अपने मन पर अधिकार भी खो बैठता है । इससे वह अपने मनुष्यत्व को भी गँवा देता है और शरीर का स्वामी बने रहने के बजाय उसका गुलाम बन जाता है ।

शीतऋतु में आहार-विहार

मुख्य रूप से तीन ऋतुएँ हैं : शीत ऋतु, ग्रीष्म ऋतु और वर्षा ऋतु । आयुर्वेद के मतानुसार छः ऋतुएँ मानी गयी हैं : बसन्त, ग्रीष्म, वर्षा, शरद, हेमन्त और शिशिर । महर्षि सुश्रुत ने वर्ष के १२ मास इन ऋतुओं में विभक्त कर दिये हैं ।

शीत ऋतु विसर्गकाल और आदानकाल की संधिवाली ऋतु होती है । विसर्गकाल दक्षिणायन में और आदानकाल उत्तरायण में होता है ।

आयुर्वेद शास्त्र के अनुसार दक्षिणायन में वर्षा, शरद और हेमन्त ऋतुएँ होती हैं, इसे विसर्गकाल बोलते

हैं । इस काल में चन्द्र का बल अधिक और सूर्य का बल क्षीण रहता है । इससे प्राणियों का रस पुष्ट होने से बल बढ़ता है ।

उत्तरायण में शिशिर, बसन्त और ग्रीष्म ऋतुएँ होती हैं । इस काल में सूर्य का बल अधिक होता है, अतः सूर्य की किरणें क्रमशः प्रखर और बलवान होती जाती हैं और सबका जलीय अंश खींच लेती हैं । अतः इसे आदानकाल कहा है ।

इस प्रकार शीतकाल आदानकाल और विसर्गकाल दोनों का सन्धिकाल होने से इनके गुणों का लाभ लिया जा सकता है क्योंकि विसर्गकाल की पोषक शक्ति हेमन्त ऋतु में हमारा साथ देती है, साथ ही शिशिर ऋतु में आदानकाल शुरू होता जाता है लेकिन सूर्य की किरणें एकदम से इतनी प्रखर भी नहीं होती कि रस सुखाकर हमारा शोषण कर सकें । अपितु आदानकाल का प्रारम्भ होने से सूर्य की हल्की और प्रारम्भिक किरणें सुहावनी लगती हैं ।

वैसे तो उचित आहार लेना प्रत्येक ऋतु में जरूरी होता है पर शीत ऋतु में अनिवार्य हो जाता है क्योंकि शीतकाल में जठराग्नि बहुत प्रबल रहती है । अतः समय पर उसकी पाचक क्षमता के अनुरूप उचित मात्रा में आहार मिलना ही चाहिये अन्यथा शरीर को हानि होगी ।

क्षेम कुतूहल शास्त्र में आता है कि :

आहारान् पचतिशिखी दोषानाहारवर्जितः ।
दोषक्षये पचेद्धातून प्राणान्धातुक्षये तथा ॥

अर्थात् पाचक अग्नि आहार को पचाती है, यदि उचित समय पर उचित मात्रा में आहार न मिले तो आहार के अभाव में शरीर में मौजूद दोषों के नष्ट हो जाने पर यह अग्नि शरीर की धातुओं को जला डालने के बाद, प्राणों को जला डालती है यानी प्राणों का नाश कर देती है । जैसे चूल्हे में खूब आग धधक उठे और उस पर आपने खाली बर्तन चढ़ाया तो बर्तन ही जलकर काला पड़ जायेगा । यदि उसमें पदार्थ और जल की मात्रा कम होगी तो भी पदार्थ और जल जलकर नष्ट हो जाएँगे । अतः पर्याप्त मात्रा में उचित समय पर पौष्टिक और बलवर्धक आहार न दिया जाय तो शरीर की धातुएँ ही जलकर क्षीण होने लगेंगी । यही कारण है कि भूख सहनेवालों का शरीर क्षीण और दुर्बल होता जाता है क्योंकि भूख की आग उनके शरीर को ही जलाती रहती है ।

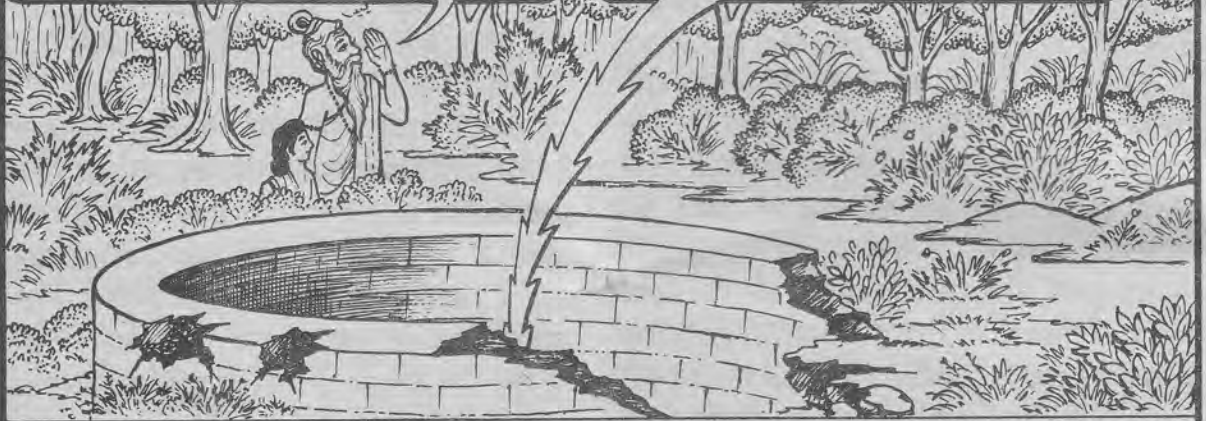
अतः शीतकाल में सबसे महत्त्वपूर्ण कार्य यही है कि सही समय पर नियमित रूप से अपनी पाचनशक्ति के अनुसार अनुकूल मात्रा में पोषक तत्त्वों से युक्त आहार खूब चबा-चबाकर खाना चाहिये । इस ऋतु में स्निग्ध (चिकने) पदार्थ, मौसमी फल व शाक, घी, दूध, शहद आदि के सेवन से शरीर को पुष्ट और बलवान बनाना चाहिये । कच्चे चने रात को गलाकर प्रातः खूब चबा-चबाकर खाना, गुड़, गाजर, मूंगफली, केला, शकरकंद, सिंघाड़े, आँवला आदि कम खर्च में सेवन किये जानेवाले पौष्टिक पदार्थ हैं ।

इस ऋतु में तेल मालिश करना, प्रातः दौड़ लगाना, शुद्ध वायुसेवन हेतु भ्रमण करना, व्यायाम, योगासन करना, ताजे या कुनकुने जल से स्नान करना आदि करने योग्य उचित विहार हैं ।

शीत ऋतु में ध्यान देने योग्य

इस ऋतु में कटु, तिक्त व कषाय रसयुक्त एवं वातवर्धक पदार्थ, हल्के, रूखे एवं अति शीतल पदार्थों का सेवन नहीं करना चाहिये । खटाई का अधिक प्रयोग न करें जिससे कफ का प्रकोप न हो और खांसी, श्वास, दमा, नजला, जुकाम आदि व्याधियाँ न हों । ताजे दही, छाछ, नींबू आदि का सेवन कर सकते हैं । भूख को मारना या समय पर भोजन न करना स्वास्थ्य के लिये हानिकारक होता है । आलस्य करना, दिन में सोना, देर रात तक जागना, अति ठंड सहन करना आदि शीत ऋतु में वर्जित है । बहुत ठंडे जल से स्नान नहीं करना चाहिये ।

पूरे वर्ष में यही समय हमें मिलता है जब प्रकृति हमें स्वास्थ्य की रक्षा और वृद्धि करने में सहयोग देती है । अतः इस ऋतु में उचित आहार-विहार द्वारा अपने शरीर को पुष्ट और बलवान अवश्य बनाना चाहिये जिससे कि अन्य ऋतुओं में भी हमारा शरीर बलवान बना रह सके ।

५ गुरुभक्त उपमन्यु
यह कहकर गुरुदेव जंगल में जाकर उपमन्यु को खोजने लगे। वे सर्वत्र जोर से आवाज लगाने लगे :
''बेटा उपमन्यु ! तुम कहाँ हो...? जल्दी आओ...''
''गुरुदेव ! मैं यहाँ कुएँ में गिर पड़ा हूँ... ।''
अपने शिष्यों के साथ गुरुदेव उस कुएँ के पास पहुँचे। उपमन्यु से सारा हाल जानकर वे हृदय से बड़े प्रसन्न हुए। उन्होंने कहा :
''बेटा ! ऋग्वेद की ऋचाओं से तुम देवताओं के वैद्य अश्विनीकुमारों की स्तुति करो। वे तुम्हें आँखों की रोशनी दे देंगे।''
उपमन्यु ने वैसा ही किया। उपमन्यु की स्तुति से प्रसन्न होकर अश्विनीकुमार वहीं कुएँ में प्रगट हो गये। उन्होंने उपमन्यु के नेत्र ठीक कर दिये। फिर उसे एक पूआ देते हुए बोले :
''इसे तुम खा लो।''
''देवताओं ! मैं अपने गुरु को अर्पण किये बिना इस पूए को नहीं खा सकता।''

तब अश्विनीकुमारों ने कहा :
गुरुभक्त उपमन्यु ६
''पूर्व काल में तुम्हारे गुरु ने जब हमारी स्तुति की थी तब हमने उन्हें भी औषध के रूप में पूआ दिया था और उन्होंने बिना गुरु को अर्पण किये ही उसे खा लिया था।''
''उन्होंने चाहे जो किया हो, वे मेरे गुरुदेव हैं। परंतु मैं ऐसा नहीं कर सकता। मेरे गुरुदेव क्या करते हैं यह मुझे नहीं देखना है। मुझे तो वे जैसा कहते हैं तदनुसार मानना है।''
उपमन्यु की दृढ़ गुरुभक्ति एवं चुस्त आज्ञापालन को देखकर अश्विनी कुमारों ने उसे आशीर्वाद दियाः
''धन्य है उपमन्यु तुम्हारी गुरुभक्ति को ! हम तुम्हें आशीर्वाद देते हैं कि तुम्हें बिना पढ़े ही समस्त विद्याएँ स्फुरित हो जाएँगी।''
अश्विनीकुमार अंतर्धान हो गये। उपमन्यु ने कुएँ से बाहर निकलकर गुरुदेव को प्रणाम किया। अत्यधिक प्रसन्न होते हुए गुरुदेव ने उपमन्यु को हृदय से लगा लिया और बोले :
''धन्य वत्स ! धन्य ! मैं तो तुम्हारी परीक्षा ले रहा था। उस परीक्षा में तुम उत्तीर्ण हुए। पुत्र ! तुम वेद वेदांग के ज्ञाता, धर्मावलम्बी और महान विद्वान बनोगे।''
हुआ भी ऐसा ही। धन्य है ऐसी कठोर कसौटी में भी अडिग रहकर प्रतिकार न करनेवाले एवं गुरु द्वारा मिलनेवाले आध्यात्मिक अमृत को पचाकर पार हो जानेवाले उपमन्यु जैसे सत्शिष्यों को !

संत की वाणी में ईश्वर का निवास

स्वामी केशवदेव हरिमघी
श्रीहरिनिकुंज आश्रम (वृंदावन) द्वारा प्रेषित

वृंदावन में मानो छोटा कुंभ लगा था । १५ से २० सितम्बर तक चारों ओर से भक्तजनों, माताओं और पुरुषों की अथाह भीड़ सत्संग-स्थल अटल्ला चुंगी की ओर बढ़ रही थी ।

श्रीराधाष्टमी (२० सितम्बर) का पर्व भी पूज्य बापू के गीता-भागवत सत्संग समारोह से जुड़ गया जबकि भक्तजन पाँच दिन पूर्व ही वृंदावन में पधारे, मानो एक पंथ दो काज ।

सूखी धरती से उड़ती मिट्टी की कोई परवाह न करके भक्तजन मंडप की ओर बढ़ते जा रहे थे और विशाल पाण्डाल में स्थान ग्रहण करते जा रहे थे ।

मैंने भी एक दिन बड़ी हिम्मत की और पहुँच गया सत्संग में । साधु-संतों के बैठने के लिए विशेष प्रबंध किया गया था । स्वयंसेवक बहुत ही सम्मानपूर्वक साधु-संतों को यथास्थान पर बिठाते थे । मुझे भी प्रथम पंक्ति में स्थान मिल गया ।

> *"स्वयंसेवक बहुत ही सम्मानपूर्वक साधु-संतों को यथास्थान पर बिठाते थे । मुझे भी प्रथम पंक्ति में स्थान मिल गया ।"*

पूज्य बापू का प्रवचन इतनी सरल शैली में होता है कि सभी को समझ में आ जाता है और साथ-साथ प्रेरणा जागृत होती है कि हम इसको अपने हृदय में सहज ही उतार सकते हैं और उसका पालन कर प्रभु के नामरस का पूर्ण लाभ उठा सकते हैं ।

★

पू. बापू के स्वास्थ्य एवं दीर्घायु की कामना

वृंदावन के प्रतिष्ठित संत
श्री जीवनमुक्त उदासीन द्वारा प्रेषित

परम पूज्य संत श्री आसारामजी बापू ने वृंदावन धाम में पधारकर जो कार्य किया है तथा अन्यत्र भी आपके द्वारा समाज के उत्थान के लिए जो कार्य हो रहा है, वह निश्चित ही समाज के लिए उपयोगी तथा लाभदायक है ।

पूज्य बापूजी के सत्संग-प्रवचनों के द्वारा कई लोगों के दुर्व्यसन, दुर्विचार सदा के लिए छूट गये हैं और वे समाज के श्रेष्ठ सेवक, श्रेष्ठ नागरिक बन रहे हैं ।

पूज्य बापू के उत्तम स्वास्थ्य एवं दीर्घायु की हम कामना करते हैं ताकि उनका यह दैवी कार्य उत्तरोत्तर बढ़ता रहे ।

❀

पू. बापू के प्रवचन युगान्तरकारी, शिक्षाप्रद एवं नयी पीढ़ी के लिए प्रेरणास्पद

श्रीधाम वृंदावन में पूज्य बापू की सहज, बोधगम्य शैली में दिया गया प्रवचन निश्चय ही युगान्तरकारी, शिक्षाप्रद तथा नयी पीढ़ी के लिए अत्यंत प्रेरणास्पद हैं ।

हिन्दी, उर्दू, पंजाबी, अंग्रेजी आदि के शब्दों को जिस सहज प्रवाह में, प्रवचन में समाहित करके, प्रेरणास्पद गीतों को संगीत की धुनों में बाँधकर श्रोताओं से सीधा तारतम्य जोड़ा जाता है, वह सभी वर्ग के श्रोताओं पर एक गहरा प्रभाव छोड़ता है ।

इतना भव्य एवं विशाल आयोजन इतने सुव्यवस्थित रूप से संचालित होना संचालनकर्त्ताओं की दूरदर्शिता, समर्पण एवं निष्ठा से ही संभव है । लाखों की संख्या

में श्रोतावृन्द को अनुशासन में बाँधे रखना अनुकरणीय है ।

पूज्य बापू का प्रवचन भारत देश की युवा पीढ़ी को भारतीय संस्कृति से ओत-प्रोत करके, निराशा के गर्त से निकालकर नवजागरण का संदेश देता है ।

- डॉ. विनोद बनर्जी
प्रान्तीय मंत्री : उ. प्र. माध्यमिक शिक्षक संघ, वृंदावन.

❀

पू. बापू : विश्वस्तरीय आध्यात्मिक प्रवचनकर्त्ता

पूज्य संत श्री आसारामजी बापू हमारे देश के सर्वाधिक प्रतिष्ठित और विश्वस्तरीय आध्यात्मिक प्रवचनकर्त्ता हैं । उनका प्रवचन इतना सरल और सर्वग्राही होता है कि जनता के हृदय को स्पर्श करता है । परिणामत: उनका प्रवचन सुनने के लिए नर-नारी लाखों की संख्या में उपस्थित होकर लाभ प्राप्त करते हैं ।

जिसमें वेद, उपनिषद्, भागवत, गीता एवं सभी दर्शन सम्मिलित हैं, ऐसे हमारे संस्कृत वांगमय का सारांश और उनके जीवंत भाव ऐसी सरलता के साथ पूज्य बापूजी द्वारा उद्घाटित होते हैं कि जनता-जनार्दन मंत्रमुग्ध होकर एकाग्रता के साथ हृदयंगम करती है ।

मानव जीवन को सफल बनाने के लिए, उसके श्रेष्ठ मार्ग पर चलने के लिए, जीवन में सरलता और उत्तम स्वास्थ्य की भावनाओं को पूज्य बापूजी ने जिस प्रकार परिभाषित किया है, वह इस देश की ही नहीं, अपितु मानव समाज की धरोहर है ।

पूज्यश्री का वृंदावन प्रवचन-कार्यक्रम ऐतिहासिक है और हम सभी वृंदावनवासी हृदय से उनके आभारी हैं। हमें आशा है कि पूज्य बापू का एक भव्य आश्रम वृंदावन में स्थापित होगा, जहाँ से पूज्य बापू की आध्यात्मिक चेतना का संदेश पूरे विश्व को आलोकित करेगा।

- राधाकृष्ण पाठक
कार्यवाहक अध्यक्ष : नगरपालिका परिषद, वृंदावन.

❀

'ऋषि प्रसाद' के पाठकगण, सदस्यों एवं एजेन्ट बन्धुओं से निवेदन

(१) 'ऋषि प्रसाद' के गतांकों में दी गई सूचना के अनुसार सर्वविदित है कि अप्रैल '९६ से 'ऋषि प्रसाद' की द्विमासिक सदस्यता योजना समाप्त कर दी गई है । अत: जो आजीवन सदस्य सिर्फ द्विमासिक पत्रिका ही प्राप्त कर रहे थे उनसे निवेदन है कि वे कृपया अतिरिक्त रू. २५० जमा करवाकर अपनी सदस्यता को मासिक आजीवन सदस्यता में परिवर्तित करवा लें ।

(२) 'ऋषि प्रसाद' के पाठक इस अंक से रू. २०० जमा करवाकर पाँच साल के लिए भी सदस्य बन सकते हैं ।

(३) अपनी सदस्यता का नवीनीकरण कराते समय मनीऑर्डर फार्म पर 'संदेश के स्थान' पर 'ऋषि प्रसाद' के लिफाफे पर आया हुआ आपके पते वाला लेबल चिपका दें । (४) 'पाने वाले का पता' में 'ऋषि प्रसाद सदस्यता हेतु' अवश्य लिखें । (५) पते में किसी भी प्रकार के परिवर्तन की सूचना प्रकाशन तिथि से एक माह पूर्व भिजवावें अन्यथा परिवर्तन अगले अंक से प्रभावी होगा । (६) जिन सदस्यों को पोस्ट द्वारा अंक मिलता है उनको विनंती है कि अगर आपको अंक समय पर प्राप्त न हो तो पहले अपनी नजदीकवाली पोस्ट ऑफिस में ही पूछताछ करें । क्योंकि अहमदाबाद कार्यालय से सभी को समय पर ही अंक पोस्ट किये जाते हैं । पोस्ट ऑफिस में तलास करने पर भी अंक न मिले तो उस महीने की २० तारीख के बाद अहमदाबाद कार्यालय को जानकारी दें । (७) 'ऋषि प्रसाद' कार्यालय से पत्रव्यवहार करते समय कार्यालय के पते के ऊपर के स्थान में संबंधित विभाग का नाम अवश्य लिखें । ये विभिन्न विभाग इस प्रकार हैं :

(A) अनुभव, गीत, कविता, भजन, संस्था समाचार, फोटोग्राफ्स एवं अन्य प्रकाशन योग्य सामग्री 'सम्पादक- ऋषि प्रसाद' के पते पर प्रेषित करें । (B) पत्रिका न मिलने तथा पते में परिवर्तन हेतु 'व्यवस्थापक-ऋषि प्रसाद' के पते पर संपर्क करें । (C) साहित्य, चूर्ण, कैसेट आदि प्राप्ति हेतु 'श्री योग वेदान्त सेवा समिति के पते पर संपर्क करें । (D) साधना संबंधी मार्गदर्शन हेतु 'साधक विभाग' पर लिखें । (E) स्थानीय समिति की मासिक रिपोर्ट, सत्प्रवृत्ति संचालन की जानकारी एवं समिति से संबंधित समस्त कार्यों के लिये 'अखिल भारतीय योग वेदान्त सेवा समिति' के पते पर लिखें । (F) स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्त प्रकार के पत्रव्यवहार 'वैद्यराज, सांई लीलाशाहजी उपचार केन्द्र, संत श्री आसारामजी आश्रम, वरीयाव रोड़, जहाँगीरपुरा, सूरत (गुजरात) के पते पर करें । (८) आप जो राशि भेजें वह इन विभागों के मुताबिक अलग-अलग मनीऑर्डर या ड्राफ्ट से ही भेजें । अलग-अलग विभाग की राशि एक ही मनीऑर्डर या ड्राफ्ट में कभी न भेजें ।

गुरुकृपा से जीवनदान

दिनांक : १५-१-९६ की घटना है । बारिश होने के कारण कपड़े सुखाने के धातु के वायर में करंट आ गया था । मेरा छोटा पुत्र विशाल, जो कि ११ वीं कक्षा में पढ़ता है, उससे छू गया और बिजली का शॉक लगते ही वह बेहोश और मृतदेह समान हो गया ।

हमारे ऊपर तो मानो वज्रपात-सा हुआ । पूरा परिवार शोकसंतप्त हो उठा । जिसे पता चला, वही इधर-उधर से तात्कालिक उपचार की व्यवस्था के लिए दौड़-धूप करने लगा । इसी भागदौड़ में हमने उसे तुरन्त बड़े अस्पताल में दाखिल करवाया । डॉक्टर ने भी बच्चे की हालत गंभीर बतायी । ऐसी परिस्थिति देखकर मेरी आँखों से अश्रुधारा बह निकली । मैंने मन-ही-मन निजानंद की मस्ती में मस्त रहनेवाले पूज्य सद्गुरुदेव को याद किया और प्रार्थना की : 'हे गुरुदेव ! अब तो इस बच्चे का जीवन आपके ही हाथों में है । हे मेरे प्रभु ! आप चाहे जो कर सकते हैं...' और अन्ततः मेरी प्रार्थना सफल हुई । बच्चे में एक नवीन चेतना का संचार हुआ एवं धीरे-धीरे बच्चे के स्वास्थ्य में सुधार होने लगा । कुछ ही दिनों में वह पूर्णतः स्वस्थ हो गया ।

डॉक्टर ने तो उपचार किया लेकिन जो जीवनदान उस प्यारे प्रभु की कृपा से, सद्गुरुदेव की कृपा से मिला, उसके लिए मेरे पास शब्द नहीं हैं । बस, ईश्वर से मैं यही प्रार्थना करता हूँ कि ऐसे ब्रह्मनिष्ठ संत-महापुरुषों के प्रति हमारी श्रद्धा में वृद्धि होती रहे ।

- डॉ. वाय. पी. कालरा

EEG. Dept., Samaldas College, Bhavnagar (Guj.)

डाक से कैसेट मँगवाने सम्बन्धी जानकारी

अगर आप पूज्यश्री की आडियो-विडियो कैसेट पोस्ट पार्सल से मँगवाना चाहते हैं तो कृपया ध्यान दें :

(१) कैसेट सिर्फ रजिस्टर्ड पार्सल से भेजी जाती है । VPP से नहीं भेजी जाती ।

(२) कम से कम पाँच आडियो कैसेट मँगवाना आवश्यक है ।

(३) कैसेट का पूरा मूल्य एवं डाक खर्च पैकिंग खर्च के साथ अग्रिम डी. डी. अथवा मनीआर्डर से भेजना आवश्यक है । कैसेट का मूल्य इस प्रकार है :

(A) आडियो कैसेट

5 कैसेट	Rs. 115	20 कैसेट	Rs. 432
10 कैसेट	Rs. 220	51 कैसेट का सेट	Rs. 1100
15 कैसेट	Rs. 326	महासेट आडियो	Rs. 5100

(B) विडियो कैसेट

2 कैसेट	Rs. 280	20 कैसेट	Rs. 2700
5 कैसेट	Rs. 680	51 कैसेट का सेट	Rs. 7100
10 कैसेट	Rs.1350	महासेट विडियो	Rs. 11100

❀ डी. डी. या मनीआर्डर भेजने का पता ❀

कैसेट विभाग, संत श्री आसारामजी महिला उत्थान आश्रम, साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५.

डाक से सत्साहित्य मँगवाने सम्बन्धी जानकारी

हिन्दी किताबों का सेट	Rs. 275
गुजराती किताबों का सेट	Rs. 210
अंग्रेजी किताबों का सेट	Rs. 65
मराठी किताबों का सेट	Rs. 80

❀ डी. डी. या मनीआर्डर भेजने का पता ❀

सत्साहित्य विभाग, श्री योग वेदांत सेवा समिति, संत श्री आसारामजी आश्रम, साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५.

जो अपने साधनापथ में सच्चे हृदय से प्रयत्न करता है और जो ईश्वर-साक्षात्कार के लिए तड़पता है ऐसे योग्य शिष्य पर ही गुरु की कृपा उतरती है । - स्वामी शिवानंदजी

संस्था समाचार

लीमड़ी : नवनिर्मित संत श्री आसारामजी आश्रम, लीमड़ी (गुज.) में दिनांक : ६ से ९ सितम्बर के दौरान सत्संग कार्यक्रम का आयोजन हुआ जिसमें दिनांक : ६ से ८ तक श्रद्धालुजनों ने नारी उत्थान आश्रम की साध्वियों के सत्संगामृत का लाभ लिया ।

दिनांक : ९ की सुबह कुंडलिनी योग के आचार्य पूज्य बापूजी लीमड़ी आश्रम पहुँचे । आत्मानंद को छूकर आती हुई उनकी अमृतवाणी से श्रद्धालुजनों में एक नवीन आध्यात्मिक चेतना का संचार हुआ । सत्संग के अन्तिम क्षणों में सभी को प्रसाद वितरण किया गया । तत्पश्चात् पूज्य बापूजी अहमदाबाद आश्रम के लिये रवाना हुए ।

फरीदाबाद : हरियाणा क्षेत्र के इस औद्योगिक नगर में दिनांक : ९ से १३ सितम्बर ९६ तक हुई दिव्य सत्संग अमृतवर्षा का अनुपम लाभ फरीदाबाद व अन्य दूर-सुदूर क्षेत्रों से आये हुए श्रद्धालुजनों ने लिया । प्रथम चार दिन आश्रम के साधक श्री सुरेशानन्दजी की गुरुभक्ति से ओतप्रोत मधुर वाणी ने लोगों के मन में इस अलख के औलिया की एक झलक पाने व उनके मुखारविन्द से प्रस्फुटित पीयूषवर्षी वाणी में अवगाहन करने की उत्कंठा को और प्रबल कर दिया था । अन्तत: वह समय भी नजदीक आया और पूज्य बापूजी दिनांक : १३-९-९६ को अहमदाबाद से वायुयान द्वारा सुबह ६ बजे दिल्ली पहुँचे और शीघ्र ही वहाँ से फरीदाबाद के लिये प्रस्थान किया ।

सेक्टर १६ में सनफ्लेग अस्पताल के पास सत्संग स्थल में लोगों की भीड़ एकत्रित हो रही थी । जिसे भी पूज्यश्री के आगमन की सूचना मिल रही थी वह अपनी सब सांसारिक झंझटों को छोड़कर सत्संग स्थल पर पहुँच रहा था । पूज्यश्री के पांडाल में पधारने की उत्सुकता लोगों में बढ़ती जा रही थी और जैसे ही पूज्य बापूजी सत्संग पांडाल में पहुँचे कि 'हरि ॐ... हरि ॐ...' पवित्र ध्वनि से पूरा सत्संग पांडाल गूँजायमान हो उठा था । भारी तादाद में एकत्रित भक्तजनों ने अपने स्थान पर खड़े-खड़े ही पूज्य बापूजी को श्रद्धा-सुमन अर्पित किये । तत्पश्चात् 'गुरुदेव पधारे हैं... करते अभिनन्दन हैं...' स्वागतगान गाकर शहर के विशिष्ट लोगों ने फूलमालाओं द्वारा पूज्य बापूजी का स्वागत किया । तदुपरांत सुबह के सत्संग की समाप्ति के बाद शुरु हुआ शाम के सत्संग का सत्र । दोपहर से ही आकाश में मेघों की काली-काली घटाएँ छाने लगी थीं । साथ ही पांडाल में एकत्रित उस अपार जन-समूह को देखते ही लगता था मानो, ऐसे आत्मारामी संत की अमृतमयी वाणी का रसपान करने पूरा फरीदाबाद शहर उमड़ पडा है । सत्संग की पूर्णाहुति होते-होते मेघराजा से भी न रहा गया । वे भी खूब जमकर बरस पड़े । एक तरफ बारिश की बौछरों से लोगों का शरीर भीग रहा था, दूसरी तरफ पूज्य बापूजी की ज्ञानामृत रूपी अमृतवर्षा में भक्तजनों का हृदय सराबोर हो रहा था । कैसा अद्भुत समन्वय था कि एक ओर तो वातावरण को शीतल करनेवाली मुसलाधार बारिश एवं दूसरी तरफ हृदय को शीतल करनेवाले ऐसे ब्रह्मवेत्ता की वाणी । सत्संग की पूर्णाहुति के बाद पूज्य बापूजी वृंदावन के लिये रवाना हुए ।

वृंदावन : श्री योग वेदान्त सेवा समिति द्वारा आयोजित दिनांक १५ से २० सितम्बर तक छ: दिवसीय गीता भागवत सत्संग समारोह का शुभारंभ वृंदावन के अटल्ला चुंगी मैदान में पारम्परिक विधि के साथ हुआ । पूज्यश्री के सत्संग स्थल पर पहुँचते ही साधकों-भक्तों के अभिनंदन, आरती एवं व्रज की होली के नृत्य-गीत के साथ समारोह का श्रीगणेश हुआ ।

समारोह में उपस्थित सरल स्वभाव संतप्रवर श्रीपादबाबा व अन्य संतों-महंतों, त्यागियों, तपस्वियों एवं श्रद्धालुओं-भक्तों को संबोधित करते हुए पूज्य बापू ने कहा कि : *"अनेक रूपों में, अनेक रंगों में, अनेक ढंगों में, अनेक दिलों में, अनेक दिमागों में एक ही चैतन्यस्वरूप चमक रहा है । उस सच्चिदानंद को मेरा प्रणाम है ।"*

पूज्यश्री ने कहा : *"मनुष्य को अपना उद्धार स्वयं करना चाहिए । जो अपने आप पर कृपा नहीं करता उसे दूसरों का भी सहयोग नहीं मिलता ।*

यदि हम आत्मसुख के मधुकणों से अपने-आपको पावन कर लें तो संसारी सुख तो अपने-आप हमारे पीछे-पीछे आयेगा ।"

पूज्यश्री ने ऋषि पंचमी पर्व का महत्त्व बताते हुए कहा : *"यह शुभ दिन हमें प्रेरणा प्रदान करनेवाला है । इस दिन ऋषियों का पावन प्रसाद ग्रहण कर सद्गृहस्थ परम सौभाग्य की प्राप्ति करता है ।"*

दैनिक जीवन में नियमों के पालन पर जोर देते हुए पूज्य बापू ने कहा : *"हमारे जीवन में पूजा-पाठ, जप-ध्यान का समावेश अनिवार्य है । हमारा शरीर स्वस्थ रहे, मन प्रसन्न हो और बुद्धि में बुद्धिदाता का प्रकाश हो ।"*

संतों-महापुरुषों के लक्षणों पर प्रकाश डालते हुए पूज्यश्री ने कहा : *"महापुरुषों की वाणी, स्पर्श और दृष्टि में आश्चर्यजनक शक्ति होती है । संत-महापुरुष जहाँ रहते हैं वह भूमि उनके आभामंडल से प्रभावित रहती है । इसलिए हमें संतों के सान्निध्य में अधिक-से-अधिक समय बिताकर अपने जीवन को दोषमुक्त बनाना चाहिए ।"*

दिनांक १९ सितम्बर को विभिन्न स्कूलों के हजारों बच्चों ने पूज्यश्री द्वारा बच्चों के लिए दिये गये विशेष सत्संग-प्रवचन से तन की तन्दुरुस्ती, मन की प्रसन्नता, स्मरण-शक्ति बढ़ाने एवं शरीर को सुदृढ़ बनाने के कुछ प्रयोग सीखे ।

इस आयोजन के दौरान सत्संग पांडाल को केले के पत्तों, बंदनवारों एवं पुष्पों से बड़े ही सुरुचिपूर्ण ढंग से सजाया गया था व साधु-संतों के बैठने के लिए विशेष व्यवस्था की गयी थी ।

पुष्कर : आध्यात्मिक नगरी तीर्थराज पुष्कर स्थित मेला ग्राउन्ड में दिनांक : २६ से २९ सितम्बर तक आयोजित चार दिवसीय वेदांत शक्तिपात साधना शिविर व सत्संग समारोह के दौरान अनेकों प्रांतों व दूर-सुदूर क्षेत्रों से आये साधकों-भक्तों ने पूज्यश्री के मुखारविन्द से प्रस्फुटित अमृतमयी वाणी का रसपान किया ।

दिनांक : २७ सितम्बर को भारत देश के कोने-कोने से आये हजारों पूनम व्रतधारियों ने पूज्यश्री का बहुत ही नजदीक से दर्शन व आशीर्वाद प्राप्त किया तत्पश्चात् ही उन्होंने अन्न-जल ग्रहण किया । साथ ही एक विशाल भण्डारे का भी आयोजन किया गया, जिसमें हजारों साधु-संतों व श्रद्धालुओं ने प्रेम से प्रसाद पाया, साधु-संतों को दक्षिणा भी प्रदान की गयी ।

दिनांक : २८ सितम्बर को प्रात: आयोजित विद्यार्थी व्यक्तित्व विकास लघु शिविर में हजारों स्कूली बच्चों को संबोधित करते हुए पूज्य बापू ने कहा कि आलस्य, क्रोध, दुर्बलता को त्यागकर बच्चों को साहसी व पराक्रमी बनाना चाहिए । पूज्यश्री ने साहसी, उद्यमी, धैर्यवान, पराक्रमी होने के व स्मरण-शक्ति बढ़ाने के अनेकों उपाय बताये और प्रयोग कराये ।

पूज्यश्री ने बच्चों को नियमित दिनचर्या में प्रात: व रात्रि को भगवद्स्मरण के साथ-साथ अपने माता-पिता को प्रणाम करना, ध्यान, योग व आसनों का अभ्यास करना आवश्यक बताया ।

श्राद्धपक्ष प्रारंभ होने पर पूज्यश्री ने कहा : *"श्रीमद्भागवत, गीता व उपनिषदों में श्राद्ध करने पर विशेष जोर दिया गया है । पितृऋण से मुक्त होने व पितरों की शान्ति के लिए श्राद्ध अवश्य करना चाहिए । यदि श्राद्धकर्म विधिवत् किया जाये तो उससे पितरों को लाभ अवश्य होता है ।"*

शिविर समापन के अवसर पर संतप्रवर ने समिति द्वारा प्रकाशित स्मारिका का लोकार्पण किया । इस अवसर पर पूज्यश्री के दर्शनार्थ एवं उनके सुप्रवचनों के श्रवणार्थ पधारे विधानसभा के अध्यक्ष श्री शांतिलाल चपलोत ने कहा कि गुरु व संत मानव को भटकने से बचाते हैं ।

दिनांक : ३० की सुबह पूज्यश्री पुष्कर से रवाना होकर दिल्ली आश्रम पहुँचे । वहाँ पूज्य बापूजी के पहुँचने की सूचना मिलते ही एकत्रित हुए श्रद्धालुओं को ज्ञानवर्षा में नहलाकर शाम को अंबाला रवाना हुए ।

अंबाला : स्थानीय गांधी मैदान में, अग्रवाल सभा अंबाला छावनी के तत्त्वावधान में दिनांक २ से ६ अक्तूबर तक आयोजित गीता-भागवत सत्संग-समारोह में श्रद्धालुगणों ने पूज्य बापू के दिव्य वचनामृत का पान

किया । पूज्यश्री ने कहा : ''प्रसन्नता और करुणा- ये दोनों सद्‌गुण चित्त में अद्‌भुत सामर्थ्य पैदा करते हैं । दूसरों के सुख में प्रसन्नता एवं दुःख में करुणा की भावना करने से मानव के अन्तःकरण को शुद्ध व मन को शांत करने में तथा भगवत्प्राप्ति की इच्छा जगाने में सहायता मिलती है । ये दोनों सद्‌गुण दुःख का भय व सुख की आसक्ति मिटाने की सामर्थ्य रखते हैं । ईश्वरप्राप्ति की उत्कट इच्छा से मानवीय दोष शीघ्र दूर होकर सद्‌गुण उभरते हैं ।

ब्रह्मनिष्ठ संत पूज्य बापू ने सत्संग के प्रथम दिन गांधी जयंति के उपलक्ष्य में गांधीजी के कुछ रोचक तथा मार्मिक प्रसंग सुनाते हुए कहा : *''गांधीजी ने निंदा व स्तुति दोनों स्थितियों में समता का दृढ़ अभ्यास किया था ।''*

संत-शिरोमणि पूज्य बापू ने सत्संग-प्रवचन के चौथे दिन के प्रातःकालीन सत्र में विभिन्न स्कूलों के हजारों-हजारों छात्र-छात्राओं को उनके शारीरिक, बौद्धिक एवं आत्मिक विकास के लिए उपयोगी अनेक व्यावहारिक प्रयोग बताये । पूज्यश्री ने कहा : *''आजकल देश की युवा पीढ़ी के साथ सबसे ज्यादा अन्याय हो रहा है । उसको गलत शिक्षा दी जा रही है । पहले बच्चे गुरुकुलों में पढ़ते थे और गुरुओं के गुरु होकर निकलते थे परंतु मैकाले की शिक्षा-पद्धति ने हमारे अंदर गलत संस्कार डाल दिये और हमें वेद, उपनिषद् आदि शास्त्रों से अलग कर दिया । अब शिक्षाप्रणाली में सुधार करने, साथ ही उसमें भारतीय संस्कृति की दिव्यता लाने की आवश्यकता है ।''*

पूज्यश्री ने विद्यार्थियों को स्मरणशक्ति, जीवनशक्ति तथा आत्मशक्ति बढ़ाने के अनेक प्रयोग भी बताये ।

आत्मारामी संत पूज्य बापू ने विद्यार्थियों को बीड़ी-सिगरेट, पान-मसाले तथा महिलाओं को लिपस्टिक आदि से दूर रहने की सलाह देते हुए कहा कि ये चीजें स्वास्थ्य पर बहुत बुरा प्रभाव डालती हैं । पान-मसाले खाने से कई जिन्दगियाँ बर्बाद हो रही हैं ।

इन व्यसनों से सावधान करते हुए पूज्यश्री ने हजारों लोगों से व्यसनमुक्ति के संकल्प करवाये ।

अयोध्या में भक्तजों को हरिरस का पान कराने के लिए पूज्यश्री दिनांक : ६ अक्तूबर को, सत्संग की पूर्णाहुति के बाद मंच से ही दिल्ली के लिए रवाना हुए ।

अयोध्या : भगवान श्रीराम की जन्मभूमि व धर्मनगरी अयोध्या में सत्संग स्थल कारसेवकपुरम्... भारत देश ही नहीं वरन् दुनिया के अनेकानेक देशों तक अपनी गूढ़ एवं मर्मपूर्ण हरिकथा के माध्यम से सनातन संस्कृति का सच्चा पाठ पढ़ानेवाले ब्रह्मनिष्ठ संत पूज्य बापू के दिव्य सत्संग समारोह की तैयारियाँ काफी दिनों पहले ही शुरू हो चुकी थीं । ९ से १३ अक्तूबर तक होनेवाले इस सत्संग समारोह की तैयारी अयोध्या नगरी में ही नहीं, अपितु आसपास के क्षेत्रों में भी प्रचार-प्रसार से दृष्टिगोचर हो रही थी ।

इस अनोखी विभूति के अयोध्या-आगमन से एवं हरिकथा के कार्यक्रम से जहाँ स्थानीय साधु-संत, महंत, तपस्वी, जति, जोगी, विद्वान, भागवत-गीता-रामायण के मर्मज्ञ बेहद प्रसन्न थे, वहीं आसपास की भगवद् भक्त जनता इसे वरदान के रूप में स्वीकार कर रही थी ।

इस पाँच दिवसीय सत्संग-समारोह में अयोध्या के साधु-संतों, महात्माओं के अलावा स्थानीय एवं अन्य प्रांतों से आये हजारों-हजारों श्रद्धालुओं ने पूज्यश्री की पीयूषवर्षी वाणी का रसपान किया । सत्संग-कार्यक्रम के प्रथम दिन वेदपाठ एवं छात्र-छात्राओं द्वारा स्वागतगीत गाकर पूज्य बापू का स्वागत किया गया ।

पूज्यश्री ने सात मुक्तिदायिनी पुरियों का उल्लेख करते हुए कहा कि इन पुरियों में सबसे पहला नाम अयोध्या का आता है। यह श्रीरामजी की पावन जन्मभूमि जो है ।

पूज्य बापू ने अयोध्यापुरी एवं संतों के त्याग, तप और भक्तिभाव की प्रशंसा करते हुए कहा : *''ईसाई पादरी लोग तो हजारों रूपये वेतन, अन्य सारी सुविधाएँ तथा रिटायर होने पर पेन्शन पाते हैं, जबकि भारत के संत एकादशी का फलाहार लेकर, सारे वैभव-संपदा एवं भोगों से दूर रहकर अपनी*

संस्कृति को जीवन्त बनाये रखने में जुटे हुए हैं ।"

उन्होंने यह भी कहा : *"जो लोग नरकाग्नि को बुझानेवाले मेघस्वरूप संतों को अवहेलना की दृष्टि से देखते हैं वे स्वयं उस नरकाग्नि की सूखी लकड़ी बन जाते हैं ।"*

सत्संग समारोह के चौथे दिन विद्यार्थियों के लिए विशेष सत्संग-प्रवचन का आयोजन हुआ, जिसमें पूज्यश्री ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि उद्यम, साहस, धैर्य, बुद्धि, शक्ति और पराक्रम इन छः गुणों का विकास जीवन को महान् बना देता है । कार्यक्रम का शुभारंभ महर्षियोगी विद्यामंदिर, फैजाबाद के विद्यार्थियों द्वारा वैदिक ऋचाओं के पाठ से हुआ । रंग-बिरंगे स्कूली परिधानों से सुसज्जित छात्र-छात्राओं से भरा पांडाल आज एक अलग ही दृश्य उपस्थित कर रहा था ।

यहाँ सत्संग-स्थल कारसेवकपुरम् में पूरे वातावरण को व श्रद्धालुओं के उमड़े जनसैलाब को देखते हुए पहले दिन 'मिनी कुंभ' व दूसरे दिन तो महाकुंभ का दृश्य दृष्टिगोचर हुआ । इस सत्संग समारोह में महंत श्री नृत्यगोपालदासजी, स्वामी श्री हरिरामशरणजी शास्त्री, महंत रामदासजी, महंत सियारामदासाचार्य, महंत जनार्दनदासजी, महंत संत गोपालदासजी, महंत परमेश्वरदासजी, महंत राममंगलदासजी, महंत रामाज्ञादासजी, महंत वैदेहीवल्लभशरणजी, महंत महावीरदासजी, महंत अयोध्यादासजी, महंत सीतारामदासजी भक्तमाली, महंत स्वामी मौनी, महंत रामशरण व्यास, स्वामी कृष्णानंदजी, महंत किशोरीजी, महंत प्रेमजी आदि सैकड़ों-सैकड़ों मूर्धन्य महंतों ने, हजारों-हजारों साधु-संतों ने पूज्यश्री के मुखारविन्द से प्रस्फुटित भक्ति, योग एवं वेदांत की त्रिवेणी में अवगाहन किया । दिनांक १४ अक्तूबर को श्री योग वेदांत सेवा समिति ने सामूहिक भण्डारे का आयोजन किया जिसमें समिति ने बापू के श्रोता हजारों साधु, संतों, महंतों को प्रसाद एवं भेंट-पूजा आदि से सत्कृत किया ।

आदिवासियों में भण्डारा

रतलाम : प्रतिमाह आदिवासी अंचलों में जाकर निराश्रित आदिवासियों की तन, मन, धन से सेवा के लिए संकल्पबद्ध श्री योग वेदान्त युवा सेवा समिति ने गणेश चतुर्थी के अवसर पर रतलाम के निकट छोटी सरवा (बाजना) में आदिवासी भण्डारे का आयोजन किया । सर्वप्रथम प्रातःकाल ग्राम में विशाल हरिनाम संकीर्तन यात्रा का आयोजन हुआ जिसमें सैकड़ों की तादाद में दूर-सुदूर क्षेत्रों से आये वनवासियों ने अपनी परंपरागत शैली में कीर्तन करके, हरिनाम कीर्तनगंगा में स्नान करके पुण्य अर्जित किया । 'आदिवासी क्षेत्र में प्रथम मर्तबा इतनी बड़ी संकीर्तनयात्रा का आयोजन हुआ है !' ऐसा प्रत्यक्षदर्शियों का अनुभव था । इसके बाद तकरीबन पाँच हजार आदिवासियों ने भरपेट-प्रसाद भोजन ग्रहण किया । समिति की ओर से आदिवासियों को अन्न, बर्तन, सत्साहित्य एवं पूज्यश्री के पेण्डल वितरित किये गये ।

इस आदिवासी भण्डारे में ग्राम के सरपंच सहित बड़ी तादाद में आदिवासी भाई-बहनों ने नशीले पदार्थों को त्यागने का संकल्प लेकर अपने जीवन को ओजस्वी- तेजस्वी बनाने के शुभ प्रयास का शंखनाद किया । आदिवासियों के लिए इस भण्डारे में सबसे प्रमुख आकर्षण रात्रि को प्रोजेक्टर द्वारा दिखाया गया पूज्यश्री का सत्संग था । पूज्यश्री की सरल, सहज एवं विनोदप्रिय भाषा-शैली की गहरी छाप आदिवासियों के मन-मस्तिष्क पर आज भी देखी जा सकती है ।

कुल मिलाकर युवा समिति का यह प्रयास पिछड़े एवं निर्धन आदिवासी क्षेत्रों में एक ऐसा अनुष्ठान था, जिससे छोटे-से-छोटे बच्चे से लेकर बुजुर्ग तक लाभान्वित हुए ।

(रतलाम से नीलेश सोनी 'लोहित' द्वारा प्रेषित)

अहमदाबाद : पू. बापू के आत्म-साक्षात्कार दिन महोत्सव के उपलक्ष्य में अहमदाबाद शहर की श्री योग वेदांत सेवा समिति के द्वारा एक सजी-धजी विराट भव्य संकीर्तन यात्रा का आयोजन किया गया जिसमें हजारों की संख्या में शामिल होकर भक्तजनों ने नगर के विभिन्न मार्गों से गुजरते हुए सारा माहौल हरिमय बना दिया । रास्ते में स्वागत हेतु खड़े भक्तों की भीड़ तो देखते ही बनती थी । असंख्य ट्रक, मोटरकार, जीपकार एवं सैकड़ों स्कूटरों से विराट बनी यह संकीर्तन यात्रा सुबह में शहर के पालड़ी क्षेत्र से निकलकर दोपहर में आश्रम के प्रांगण में पहुँची । आश्रम में इस मंगल अवसर पर भंडारे का आयोजन किया गया था जिसमें अनेक स्कूलों के असंख्य बच्चों ने एवं हजारों भक्तजनों ने प्रसाद पाकर धन्यता का अनुभव किया ।

पू. बापू के आगामी कार्यक्रमों के लिये कृपया देखें पृष्ठ ६

वृंदावन धाम में हजारों साधु-संतों एवं भक्तों के संबोधन करते हुए पूज्य बापू ।

पुष्कर में पूज्य बापूजी के सत्संग-कीर्तन में झूमते साधु और साधकगण ।

पूज्य बापूजी के निकटवर्ती दर्शन के लिये अंबाला में उमडा जन समूह ।

REGISTERED WITH R.N.I UNDER NO. 48873/91 LICENSED TO POST W/O PRE-PAYMENT : AHMEDABA , PSO LICENCE NO. 207 Regd. NO. GAMC/1132 BOMBAY BYCULLA PSO LICENCE N Regd. No. MH/MNV-01